

L'ESSENTIEL

2ÈME ÉDITION

Marée

POISSONS - CÉPHALOPODES -
COQUILLAGES - CRUSTACÉS -
FUMAISONS - SAURISSERIE

124 pages

de produits de la mer
rien que pour vous !



TRANSGOURMET

seafood

Transgourmet

Seafood

Qui sommes-nous ?

Transgourmet Seafood n'est pas à Rungis par hasard...

Nous avons choisi de nous installer sur le MIN de Rungis car :

- Rungis est le 2^{ème} « port » de pêche en France.
- Le **choix** et la diversité y sont disponibles.
- Nos approvisionnements se font auprès des grandes **criées françaises** et **en direct des bateaux de pêche**. Nous avons également la possibilité au besoin de nous fournir à Rungis.
- Rungis est un lieu de convergence de tous les ports français et européens où sont rassemblés les spécialistes du poisson. Cela nous permet d'être au plus près de la **fraîcheur** et d'avoir de la **réactivité**, également d'élargir notre offre avec des produits très pointus ou très singuliers.

Votre spécialiste des filières marée

Filiale du groupe Transgourmet France, Transgourmet Seafood est le spécialiste de la marée pour la restauration depuis 30 ans.

Aujourd'hui nous inscrivons notre filière dans la durabilité par des prestations à la hauteur des exigences de nos clients.

En direct des bateaux de pêche et des criées de France (Loctudy, Le Guilvinec, Roscoff, Arcachon,...) et d'Europe, Transgourmet Seafood vous réserve le meilleur de la mer.

Une gamme de haute qualité de poissons frais, fumés, coquillages et crustacés.

Notre engagement marée

Conscient des enjeux de la pêche et face au défi de la préservation des ressources halieutiques, Transgourmet Seafood a dressé un état des lieux : économie de la pêche, nécessité de garder des produits de qualité accessibles par le plus grand nombre et bien sûr prise en compte des impacts sur l'environnement. Nous nous sommes donc engagés dans une démarche de filières avec pour but de défendre l'environnement et de préserver la biodiversité des océans. Mais nous souhaitons également protéger l'emploi et l'économie de notre littoral en privilégiant la pêche artisanale et l'aquaculture françaises, pour conserver leur savoir-faire et leurs pratiques de pêche raisonnables.



TRANSGOURMET
seafood

Accompagnement sur-mesure



**Votre atelier
de filetage
manuel pour
une offre
adaptée
à vos besoins**

Avec plus de 2000 références produits, essentiellement en marée fraîche, Transgourmet Seafood répond à toutes vos exigences :

- Poissons sauvages, poissons d'élevage ou poissons d'eau douce.
- Direct bateaux, direct élevage.
- Coquillages et crustacés vivants grâce à notre vivier d'une grande capacité de stockage.
- Conditionnement en marée traditionnelle sous glace, en barquette sous atmosphère, ou sous vide.
- Saurisserie et fumaisons...

Transgourmet Seafood oriente ses démarches vers vos attentes, notamment quant à votre demande toujours croissante de travail sur-mesure.

La société possède ainsi sa propre activité de transformation : écaillage, pelage, filetage, portionnage... toutes les étapes de la vie du produit sont optimisées par des outils modernes manœuvrés par des experts. Transgourmet Seafood gagne ainsi en performance et en productivité tout en vous faisant bénéficier du savoir-faire artisanal de ses collaborateurs, véritables orfèvres de la poissonnerie : fileteur, écailleurs, décortiqueurs... Bien plus qu'un distributeur, Transgourmet Seafood maîtrise le métier de la transformation.

Nos produits : qualité et saisonnalité

Parce qu'un produit de la mer offrira toujours plus de saveurs durant sa saison, nous vous conseillons le bon produit au bon moment en nous adaptant à vos besoins. Éviter de pêcher en période de reproduction, apporter une vigilance aux tailles de capture, ce sont des évidences. Pour vous guider, nos experts vous conseillent sur la bonne espèce du moment.



L'hyper réactivité Transgourmet Seafood.

Par la connaissance de son marché et l'anticipation des tendances, Transgourmet Seafood vous accompagne pour maîtriser au mieux les phénomènes de hausses des cours, de tensions sur les arrivages liés à des phénomènes climatiques (tempêtes). Ainsi, chaque semaine, Transgourmet Seafood vous adresse une lettre de tendances qui vous permet d'être au fait de la réalité du marché.



Où nous trouver ?

TransgourmetSeafood

15 cours d'Alsace - CP 30442 - Bâtiment C5B
94619 RUNGIS Cedex

www.transgourmet-seafood.fr

**Un seul et
même numéro :**

0 826 969 114

Service 0,15 € / appel
+ prix appel



Transgourmet Seafood - Bât C5B - 15, cours d'Alsace - 94150 Rungis Cedex - SAS au capital de 81 000€. RSC Créteil - Siret 331 939 736 00053. Assortiment disponible, sous réserve d'erreur typographiques. Dans la limite des stocks disponibles. Documents et photos non contractuels. Crédit photo : Studio des plantes, Marc Guéret, Shutterstock, Outcast. Conception et impression Gutenberg  Version : Avril 2024

À chaque métier ses gammes produits, nos solutions sur-mesure vous facilitent le quotidien

Trouvez toujours le produit et le service adaptés aux besoins de votre métier.

RESTAURATION GASTRONOMIQUE

- Approche commerciale dédiée.
- Poissons de ligne nobles issus des meilleures criées : bar de ligne, turbot sauvage, sole, saint-pierre, daurade rose, lieu jaune au calibre souhaité...
- Filetage à façon : découpes en portefeuille, désarêtage, v-cut, pelage...
- Des produits haut de gamme : homards européens vivants, caviar Oona, coquilles Saint-Jacques de plongée, poisson fumé artisanal...
- Des références clients prestigieuses.

RESTAURATION COMMERCIALE

- Choix entre la marée traditionnelle (poissons entiers sous glace) ou des produits portionnés conditionnés sous atmosphère.
- Des suggestions quotidiennes, des opportunités pour vos cartes et menus en fonction des saisons et des arrivages.
- Des informations sur les zones de pêche et les navires.
- Une disponibilité nationale de notre offre produit.

RESTAURATION COLLECTIVE

- Un service de poissons frais portionnés adaptés à vos attentes, à celles de vos convives (désarêtage, pelage) et à vos contraintes budgétaires.
- Une gamme en barquette sous atmosphère protectrice :
 - >>> solution idéale pour la restauration collective qui offre la possibilité de réintroduire du poisson frais sur vos plans de menus.
 - >>> DLC de 5 à 7 jours, étiquette de traçabilité, grammage précis, conditionnement sec et hermétique, stockage facilité, recyclage réduit....

Livraison 7j/7

La livraison personnalisée

Avec Transgourmet Seafood à Paris, vous bénéficiez des services d'un chauffeur dédié qui vous livre du lundi au dimanche, selon des plages horaires convenues avec vous. La gestion des tournées est entièrement informatisée et un service de deuxième tour ou dépannage est possible. Vous serez alors livré ou relivré dans la matinée.

Un fournisseur engagé pour l'environnement

Nous travaillons en permanence pour améliorer notre flotte de véhicules de livraison afin de limiter les pollutions sonores et de l'air. Pour compléter ces mesures, nos chauffeurs-livreurs sont sensibilisés à la conduite rationnelle.

Transgourmet Seafood a fait le choix d'avoir une flotte de véhicules avec des gabarits différents (de 15 T à 800 kg) qui s'adaptent au volume des produits livrés, qui minimisent les nuisances sonores la nuit et limitent la gêne occasionnée dans votre rue.



À votre écoute 24h/24

Parce que votre métier est exigeant, nous vous permettons de passer commande à tout moment : par téléphone avec votre télévendeuse ou votre conseiller commercial, par fax ou par e-mail.

Nos équipes vous assurent disponibilité, réactivité et efficacité.

**POUR LES CLIENTS TRANSGOURMET SEAFOOD
UNE COMMANDE URGENTE À FAIRE
APRÈS VOTRE SERVICE DU SOIR ? AUCUN PROBLÈME !
ELLE SERA PRISE EN COMPTE, MÊME EN PLEINE NUIT,
ET VOUS SEREZ LIVRÉ LE MATIN MÊME.**

Des services innovants pour faciliter votre quotidien

Transgourmet Seafood simplifie les éléments de facturation grâce à l'Echange de Données Informatisées (EDI). Pour réduire les erreurs de préparation et permettre une traçabilité des produits encore plus fine, nous suivons et sécurisons la commande grâce à notre ERP. Pour les établissements publics, nous permettons également l'utilisation de cartes d'achats qui simplifie la gestion administrative et financière de vos paiements.

Votre conseiller commercial et votre télévendeuse dédiés

Avec Transgourmet Seafood vous n'êtes pas seul. Vous profitez à tout moment d'une télévendeuse et d'un commercial dédiés qui connaissent votre métier, vos habitudes et vos besoins. Ils font régulièrement le point avec vous pour s'assurer de votre satisfaction. Réactives et disponibles, nos équipes restent à votre écoute pour répondre à tous vos besoins. Force de proposition, nous vous proposons régulièrement de nouveaux produits, des produits de saison, des nouvelles tendances...

L'Atelier : l'expertise culinaire à votre service

L'Atelier, centre de formation Transgourmet est un lieu unique équipé d'installations adaptées à votre métier.

Chaque jour, l'équipe du Pôle Culinaire travaille à :

- L'animation des formations produits.
- La recherche et le développement des produits.
- La sélection des produits à notre marque pour qu'ils répondent au mieux aux attentes de nos clients.
- Le conseil et l'apport d'information dans nos publications et la dégustation produits lors d'événements.

À votre demande, les experts culinaires se déplacent chez vous pour :

- Former les chefs à différentes problématiques, comme « Adapter la cuisine aux besoins des résidents » pour la restauration collective.
- Apporter des conseils sur la carte, la redéfinir.
- Les accompagner dans l'élaboration de recettes et/ou de concepts de restauration.
- Réaliser des tests produits.

Qualité de service

Vous satisfaire au quotidien

Afin d'améliorer continuellement la qualité des prestations proposées à nos clients, les principaux acteurs de la chaîne de service se réunissent quotidiennement pour identifier les axes de progrès. Notre service relation client analyse et corrige chaque jour les éventuelles anomalies. Parce que votre avis est celui qui compte le plus, votre conseiller se tient toujours à votre disposition pour vous écouter et vous offrir la meilleure expérience client possible.

Notre priorité : vous informer !

Nos livraisons sont soumises aux arrivages quotidiens ; en cas de rupture, Transgourmet Seafood a des possibilités de réapprovisionnement dans la journée comme dans la nuit pour vous servir.

Si toutefois le produit n'était pas disponible, vous serez automatiquement rappelé pour que l'on vous conseille et que nous convenions ensemble de produits de substitution.

Votre atelier de filetage manuel : proximité, qualité, sécurité, précision et régularité

Un outil et un conditionnement à la pointe de la technologie

Installé au cœur du marché de Rungis, d'une superficie de 2000 m², se trouve l'atelier de filetage manuel de Transgourmet Seafood. Ce sont plus de 70 collaborateurs qui y travaillent jour et nuit du dimanche soir au samedi midi pour vous faire bénéficier de leur savoir-faire artisanal.



Un travail sur-mesure

Une équipe de fileteurs professionnels, véritables orfèvres de la marée, prépare pour vous les meilleurs produits qui répondront à vos besoins spécifiques.

Ecaillage, vidage, désarêtage, pelage, découpe : nos experts travaillent pour obtenir un rendu parfait, un calibrage étudié selon votre usage et préparent les produits pour vos cartes ou vos menus.

Ces experts pratiquent une découpe nette au rendu parfait et au grammage précis :

- filets,
- darnes,
- pavés,
- escalopes,
- papillon,
- poisson en portefeuille,
- V-cut,
- J-cut,
- carpaccio,
- dos,
- baron,
- pelage,
- pièce noble déconditionnable vendue à l'unité.

Lorsque vous passez votre commande, vous précisez la découpe de votre choix, les produits seront conditionnés à votre convenance sous glace ou sous atmosphère protectrice.



Votre télévendeuse



Votre commercial





Votre zone
de conditionnement
sous atmosphère
et sous vide



Votre fileteur

Votre gratteur
(écaille les poissons)



Votre vivier

Votre agréeur



Votre contrôleur qualité



Votre chauffeur-livreur



Avec Transgourmet Seafood, vous avez le choix !



Entier ou piécé, sous glace ou en barquette sous atmosphère, vous trouverez chez Transgourmet Seafood le poisson répondant à tous vos besoins !

La marée traditionnelle

Les poissons entiers sont conditionnés sous glace dans une caisse en polystyrène.

Le choix de cette solution qualitative permet le travail sur place par vos préparateurs dédiés pour sélectionner les poissons, lever des filets, exécuter les découpes selon vos souhaits.

Cela vous offre également la possibilité de présenter le poisson entier dans l'assiette et de présenter les poissons frais sur un étal dans votre établissement.



Que vous soyez un professionnel de la restauration collective, chef d'un restaurant traditionnel ou d'un restaurant étoilé, pour chaque métier nous avons une solution !

La barquette sous atmosphère protectrice

C'est la solution de conditionnement pour faciliter votre quotidien :

- ✓ une durée de vie plus longue
- ✓ un stockage facilité (gain de place, pas de perte d'eau dans les réfrigérateurs)
- ✓ vous évitez un poste de travail dédié à la découpe.
- ✓ limitation de vos déchets.
- ✓ garantie d'un produit protégé et tracé.



Adeptes du sur-mesure, nous étudions le calibrage des pièces pour votre créneau de restauration, nous préparons des produits selon votre carte, et vous offrons le choix entre plusieurs grammages sur de nombreuses références, ainsi vous avez une maîtrise totale de votre coût portion et vous pouvez gérer vos recettes comme vous le souhaitez !

Inutile d'être un pro du filetage, nous le faisons pour vous ! Vous évitez ainsi la perte parfois mal maîtrisée due à la découpe de poisson entier, vous assurez une régularité des portions à vos convives et gagnez un temps précieux.

Tout comme en marée traditionnelle, le poisson en barquette sous atmosphère est FRAIS, à valoriser en salle sur vos cartes.





Des produits d'exception pour la restauration gastronomique

Parce que nous offrons l'excellence, nous comptons parmi nos clients plus d'une quinzaine de restaurants étoilés en région parisienne. Si les plus grands restaurateurs nous font confiance c'est parce que nous offrons avant tout des produits de qualité et que nous savons répondre à chacune de leurs exigences.

BAR DE LIGNE CAVIAR LAIT RIBOT DE MON ENFANCE

Retrouvez la recette de Christian Le Squer, Chef du Restaurant Le Cinq, Hôtel George V Paris en flashant ce code.



La qualité du produit avant tout

Grâce à l'expertise de nos acheteurs, nous sommes capables de sourcer nos poissons auprès d'artisans pêcheurs des divers ports français pour vous trouver des produits haut de gamme dignes de vos attentes.

En effet, nous sommes partenaires avec de nombreux acteurs de la pêche artisanale pouvant vous offrir des poissons nobles d'une qualité exceptionnelle : bar de ligne, turbot sauvage, sole, saint-pierre, dorade rose...



Un service irréprochable

Au-delà d'offrir à nos clients étoilés des produits haut de gamme, nous nous soucions également de la qualité des services que nous vous apportons.

Nos experts sélectionnent eux-mêmes les poissons de ligne selon vos désirs afin d'alimenter les plus belles cuisines parisiennes.

Nous vous offrons une approche commerciale, avec un conseiller dédié. Expert du secteur et de votre métier, connaisseur de vos contraintes et de vos exigences, il se tient constamment informé des produits et des enjeux de votre activité.

De l'achat à la livraison, nous vous offrons un service sur-mesure : nous avons la possibilité de vous livrer du lundi au dimanche selon des plages horaires personnalisées.



L'agrèage, le sourcing et l'achat



Au bout de la ligne, des acheteurs experts

Nos acheteurs sont spécialisés par famille de produits. Ils travaillent en lien direct avec les pêcheurs, mareyeurs, ostréiculteurs : Loctudy, Le Guilvinec, Île d'Yeu, Dieppe, Port en Bessin... Experts de leur secteur, ils sont à l'affût des nouveaux produits et définissent notre offre en partenariats avec les chefs et les professionnels de la filière.



Pour vos menus,
c'est la garantie
de la fraîcheur
et de l'originalité.

Notre savoir-faire ne se limite pas seulement au choix de nos poissons et crustacés ou aux liens étroits et fidèles que nous entretenons avec les professionnels de la filière. Il se construit aussi dans l'écoute et l'attention que nous portons à répondre pleinement à vos demandes. Du poisson entier au filet, des origines garanties aux conditions de livraison, nous vous apportons toute une gamme de services pour vous démarquer.

Un agrèage rigoureux

L'« agrèage » est un terme de la pratique commerciale qui désigne le fait par l'acheteur, d'examiner la marchandise pour l'achat de laquelle il a passé commande afin de reconnaître si elle est ou non conforme.

L'agrèage a lieu en général avant que la marchandise ne quitte les locaux du fournisseur.

En revanche chez Transgourmet Seafood compte tenu de la nature périssable de la marchandise, l'agrèage est réalisé à l'arrivée dans notre entrepôt. Ainsi, la marchandise est contrôlée au déchargement avant toute mise en préparation.

Cette opération nécessite de nombreux et importants points de contrôle, tout d'abord sur le moyen de transport et le conditionnement :

- ✓ Température du camion si doute (glace fondue...)
- ✓ Respect de la commande (nature, qualité, calibre, fraîcheur, quantités reçues par rapport aux prévisions d'arrivée)
- ✓ Conditions de transport (propreté du camion, rangement, horaires...)
- ✓ Intégrité du conditionnement et positionnement des emballages (les caisses sont orientées, le sens doit être respecté, pour une meilleure lecture des étiquettes.)

Est ensuite contrôlée la marchandise en elle-même. Des points de contrôle sont préalablement définis selon le produit afin de s'assurer de la fraîcheur de la marchandise :

- ✓ Fraîcheur (produit cru et cuit)
- ✓ Qualité (intégrité, taille, couleur, etc.)
- ✓ Emballage - étiquetage / traçabilité
- ✓ Chaîne du froid
- ✓ Métrologie (poids net, calibre)



Parce que nos clients exigent la qualité, nous nous assurons de leur offrir le meilleur.



Acheteur, category manager, commercial, fileteur, agréeur, service qualité...

Une équipe d'experts est à votre entière disposition pour vous informer et vous servir tout au long de la vie du produit.

1 Un produit maîtrisé de l'océan à l'assiette



Pour garantir une sécurité totale et une qualité optimale, nous cherchons à maîtriser nos produits de A à Z. Nous sélectionnons nos fournisseurs partenaires (nos pêcheurs, mareyeurs et criées partenaires), la zone de pêche ou la zone d'aquaculture, l'alimentation, les produits et les méthodes d'élevage ou de pêche. Ainsi, chaque étape est maîtrisée pour une traçabilité totale. Nous favorisons la pêche artisanale et l'aquaculture française afin de protéger les emplois et l'environnement de nos côtes à Loctudy, Le Guilvinec, Roscoff, Arcachon... Soucieux de préserver les ressources halieutiques, nous choisissons des fournisseurs passionnés qui pratiquent une pêche responsable.

2 Sélectionner et promouvoir nos fournisseurs

La filière de la pêche française est stratégique pour l'emploi et l'économie de notre littoral. Nous sélectionnons donc nos fournisseurs pour leur savoir-faire, la passion qu'ils mettent chaque jour dans leur métier et leur volonté de préserver la pêche artisanale, l'aquaculture française, l'environnement marin et nos côtes.

Parce que Transgourmet Seafood s'engage dans une démarche durable, nous choisissons nos partenaires tout aussi engagés selon différents critères :

- ✓ Pratiques de pêche responsables
- ✓ Respect d'un cahier des charges défini ensemble
- ✓ Tests de traçabilité

Filières : notre démarche

3 La filière de la pêche française

La pêche

Notre offre tient compte de la saison, de la disponibilité des produits et des périodes de reproduction pour des ressources halieutiques préservées.

Cette cohérence s'illustre également par notre démarche de filières. Au-delà de la traçabilité et de la qualité garanties par des cahiers des charges stricts, nous avons mis en place des partenariats dans la durée avec des pêcheurs et fournisseurs sélectionnés : achats auprès des criées, collaborations avec des entreprises familiales françaises...

L'élevage

Nous nous sommes engagés avec des fermes d'élevage reconnues, labellisées ou certifiées. Elles emploient des méthodes respectueuses de l'environnement et contrôlent de manière stricte l'alimentation donnée aux poissons.





ORIGINE.

NATURELLEMENT DIFFÉRENT

Les moules biologiques du Connemara sont élevées sur corde en pleine mer, dans les eaux fraîches et pures d'Irlande. Produites dans le respect de la nature, au cœur d'un environnement préservé, elles bénéficient d'une alimentation riche et naturelle apportée par les courants du Gulf Stream. À retrouver sur www.transgourmet-origine.fr



ORIGINE.

NATURELLEMENT DIFFÉRENT

Captée naturellement l'huître Marennes-Oléron fine de claire IGP est née et été élevée entre les embouchures de la Charente et de la Seudre en Charente-Maritime, par la troisième génération d'une famille d'ostréiculteurs. Une alimentation naturelle, une pousse lente de 3 à 4 ans et un affinage en claires pendant 28 jours minimum, confèrent à cette huître d'exception un léger goût noisette, une finesse et une saveur salée équilibrée. A retrouver sur www.transgourmet-origine.fr

Qualité, sécurité des aliments et environnement



Notre engagement qualité

Nous nous assurons de la qualité de nos produits et de la régularité du niveau de qualité grâce à une sélection rigoureuse de nos fournisseurs, des contrôles poussés à réception des produits et une conservation soignée. La qualité, pour nous c'est aussi le respect de vos exigences : prise de commande, livraison, service après-vente et information sur les produits (fiches techniques produits). Nous mesurons notre performance qualité avec des indicateurs tels que le taux de satisfaction client. Tous les acteurs se réunissent ainsi chaque jour pour proposer des axes de progrès et améliorer nos services.



La norme ISO 22000 : pour la sécurité de nos aliments

L'ISO 22000 définit les exigences pour la mise en place d'un Système de Management de la Sécurité des Aliments. Notre certification selon cette norme garantit notre capacité à prendre en compte les exigences réglementaires, celles de nos clients et à améliorer continuellement nos organisations.

La certification ISO 22000 prouve que l'organisation de Transgourmet Seafood garantit la sécurité des aliments par la maîtrise de la chaîne du froid, des analyses de risques, et un dispositif réactif en cas d'alerte alimentaire. Sa mise en place et renouvellement annuel permettent de garantir que Transgourmet Seafood propose des produits alimentaires conformes, sûrs et sains à ses clients.

Notre engagement pour la sécurité des aliments

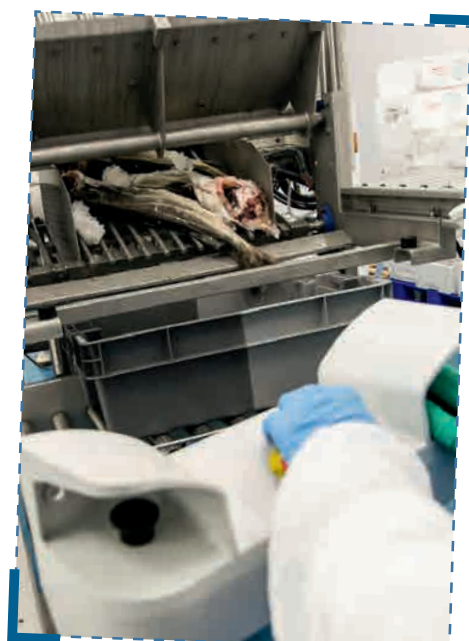
Pour vous garantir la sécurité des produits que nous vous livrons, nous avons mis en place un plan HACCP (Hazard Analysis of Critical Control Point) complet nous permettant de maîtriser l'ensemble des dangers physiques, chimiques, biologiques susceptibles d'altérer nos produits. Nos équipes sont formées à cette méthode et chaque nouveau salarié est accompagné par un titulaire et reçoit un livret d'accueil rappelant les bonnes pratiques d'hygiène.

Parallèlement, nos structures et nos équipes sont régulièrement contrôlées lors d'audits internes et externes. De même, nos produits élaborés sont soumis à des analyses microbiologiques, et des analyses physicochimiques qui nous sont transmises par nos fournisseurs. Par ailleurs, nous sommes capables de traiter les alertes entraînant des retraits ou rappels de produits, sous 4h. Des tests de traçabilité sont ainsi effectués tous les ans auprès de nos fournisseurs pour s'assurer de leur réactivité et du respect de leur engagement.

Enfin, une veille des évolutions réglementaires est assurée en continu par notre service qualité.

Notre engagement environnement

L'analyse environnementale de notre activité a montré que nos impacts environnementaux les plus significatifs sont les émissions de gaz à effet de serre (G.E.S.) générés notamment par les livraisons, ainsi que la production de déchets (déchets d'emballages, déchets organiques). Notre démarche environnementale vise ainsi à réduire ces impacts et se traduit par des actions concrètes comme le renouvellement continu de nos véhicules de livraison par des véhicules moins polluants, la mise en place d'un plan de gestion et de valorisation des déchets, mais aussi la formation et la sensibilisation de nos collaborateurs. La conformité de nos installations est également l'une de nos responsabilités afin de prévenir tout risque de pollution.



Labels et origines

La qualité des produits est une priorité pour Transgourmet Seafood. Ainsi, pour vous l'assurer, nous vous proposons des produits labellisés qui garantissent une pêche durable, des produits écologiques, une qualité gustative, la protection de la faune maritime, une réduction de la pollution de l'eau...

CERTIFIED
SUSTAINABLE
SEAFOOD
MSC
www.msc.org



Le Label MSC

Le label MSC, Marine Stewardship Council, récompense les produits issus de pratiques de pêche ne participant pas à la surpêche et permet aux consommateurs d'identifier facilement les produits de la mer moins impactants sur les stocks de poissons et plus généralement sur la santé des océans. Le MSC collabore avec les partenaires de la filière pour promouvoir des pratiques de pêche durables et atteindre une traçabilité exemplaire des produits de la mer. Le respect des critères du référentiel MSC fait l'objet d'évaluations par des organismes de certification accrédités.



Les appellations d'origine protégées (AOP)

Un produit dont toutes les étapes de fabrication sont réalisées selon un savoir-faire reconnu dans une aire géographique déterminée en Europe (comme la moule de bouchot de la baie du Mont-Saint-Michel) pourra prétendre au label AOP, c'est à dire Appellation d'Origine Protégée. Pour rendre l'offre plus claire pour les consommateurs, depuis le 1^{er} janvier 2012, les produits concernés ne doivent plus porter la mention AOC (Appellation d'Origine Contrôlée), qui est maintenant réservée aux vins.



Le Label Rouge

Depuis 50 ans, le Label Rouge garantit le niveau de qualité supérieure d'un produit à la fois au niveau de son goût mais aussi de ses apports nutritionnels. Un cahier des charges fixe les conditions particulières de production et de fabrication qui distinguent ces produits des autres. Ce label respecte le bien-être animal, notamment par le respect de critères de taille d'élevage, de mode d'élevage (limitation de la densité dans les bassins...), de procédés de transformation, (parage sévère, salage au sel sec, fumage traditionnel...)

Le Label Rouge peut également être renforcé par une origine géographique spécifique.



Le Bio

Les produits issus de l'aquaculture biologique sont plus respectueux de la nature et de ses cycles et n'utilisent pas d'hormone de croissance ou d'OGM. La certification du mode de production biologique fait d'ailleurs l'objet d'une réglementation européenne. Promouvoir les produits de la mer Bio c'est :

- respecter les équilibres naturels des animaux,
- réduire la pollution, les gaz à effet de serre et la consommation d'énergie,
- stimuler le marché de l'emploi en zone littorale.

FARMED
RESPONSIBLY
asc
CERTIFIED
ASC-AQUA.ORG



Le Label ASC

Transgourmet Seafood s'est engagé dans la démarche d'obtention de l'écocertification ASC, pour distribuer des produits certifiés issus d'une aquaculture responsable sur les plans environnemental (diminution des impacts liés à la mise en place de bassins d'aquaculture et à l'alimentation des poissons) et social (bonnes conditions de travail des salariés). Par ailleurs, le bien-être des poissons est pris en compte : taux de mortalité faible, qualité de l'eau et conditions de vie satisfaisantes pour les poissons...

Et pour aller plus loin, nous mettons en place de véritables filières afin de garantir une traçabilité totale de la mer à l'assiette.



Nos engagements développement durable

Une démarche de développement durable intégrée au Groupe Transgourmet France

La démarche de développement durable de Transgourmet Seafood s'appuie sur celle de Transgourmet France. Cette dernière se traduit par la fixation d'objectifs de développement durable d'ici à 2020 et par la mise en œuvre d'un programme d'actions pluriannuel 2014-2020.

Les orientations stratégiques sont les suivantes :

- ✓ Proposer des produits et services sûrs favorisant le développement durable.
- ✓ Agir sur nos process, matériels et infrastructures pour limiter notre impact environnemental.
- ✓ Respecter nos collaborateurs et agir positivement sur la société.



Proposer des produits et services favorisant un développement durable

Chaque jour, nous permettons à des professionnels de nourrir des millions de personnes. Notre première responsabilité est donc de leur fournir des produits sûrs, et nous mettons en œuvre tous les moyens nécessaires pour garantir la sécurité des

aliments que nous livrons. Par ailleurs, encourager et promouvoir une consommation plus responsable est l'un des objectifs stratégiques d'entreprise que nous nous sommes fixés.

Notre démarche de filière nous permet ainsi de maîtriser nos produits de l'océan à l'assiette mais également de mettre en place des partenariats durables avec nos fournisseurs. En participant au programme Mr.Goodfish, Transgourmet Seafood s'engage également à promouvoir des produits issus d'une pêche durable permettant d'éviter la raréfaction de la ressource halieutique. Enfin, Transgourmet Seafood est certifié pour la distribution de produits issus de l'aquaculture biologique.

Agir sur nos process, matériels et infrastructures pour limiter notre impact environnemental

Sous l'impulsion de Transgourmet France, nous sommes en cours d'élaboration de notre démarche environnementale. La première étape est la réalisation prochaine de notre analyse environnementale, qui nous permettra d'identifier les aspects et impacts environnementaux les plus significatifs de notre activité.

D'ores et déjà, nous sensibilisons nos équipes au tri des déchets et nous valorisons 100% de nos sous-produits de transformation du poisson en les redirigeant vers la filière de nourriture animale et prochainement humaine.



Respecter nos collaborateurs et agir positivement sur la société

La prévention des risques professionnels et la réduction de la pénibilité au travail, est aussi l'un des objectifs majeurs d'entreprise. Ceci se traduit par la mise en place de notre Document Unique pour recenser et maîtriser les risques existants pour les collaborateurs, et par le suivi régulier des taux de fréquence et taux de gravité des accidents de travail. L'objectif au niveau du groupe Transgourmet France est de diviser par trois le taux de fréquence des accidents de travail.

Par ailleurs, différentes actions de communication sont mises en œuvre, afin que tous nos collaborateurs puissent connaître et accéder à nos dispositifs de formation, et ainsi développer leur employabilité.



NATURELLEMENT DIFFÉRENT

La nouvelle marque

Transgourmet Origine

vous propose des produits de qualité supérieure, dont le mode de production assure la traçabilité et le respect de critères de développement durable qui permettent d'en dire plus à vos convives sur votre exigence produit.

QU'EST-CE QU'UN PRODUIT ORIGINE ?

- Un produit beau et bon : les produits Origine sont dégustés, testés et notés par un comité de chefs pour ne sélectionner que les meilleurs produits, ceux qui font la différence sur vos cartes.
- Un produit pour lequel vous pourrez raconter son histoire en salle, Transgourmet met à votre disposition des photos, des films et la présentation d'un producteur.
- Un produit dont on connaît l'origine dans le circuit le plus court possible entre le producteur et Transgourmet, en nombre de kilomètres ou en nombre d'intermédiaires.
- Un produit avec des critères de développement durable exigeants : respect du bien-être animal, respect de la ressource marine, préservation de l'environnement et amélioration des conditions sociales...

3 NIVEAUX D'ENGAGEMENT POUR TOUTES LES EXIGENCES

ENGAGÉ

Niveau d'engagement dans le développement durable supérieur aux produits conventionnels.

REMARQUABLE

Niveau d'engagement dans le développement durable très avancé par rapport aux produits conventionnels.

EXEMPLAIRE

Niveau d'engagement dans le développement durable le plus exigeant par rapport aux produits conventionnels.



DES PRODUCTEURS RECONNUS POUR LEUR SAVOIR-FAIRE

En salle, un produit expliqué à vos clients prend immédiatement une autre valeur, une autre saveur ; vous fidélisez et marquez la différence. Les produits Origine se démarquent des produits conventionnels par l'histoire que vous pourrez raconter : le choix d'une race, d'une maturation, d'un terroir, de modes de production plus respectueux, de producteurs qui redonnent le temps au temps pour atteindre l'excellence.

Nous mettons à votre disposition des films, des photos et des présentations de producteurs.

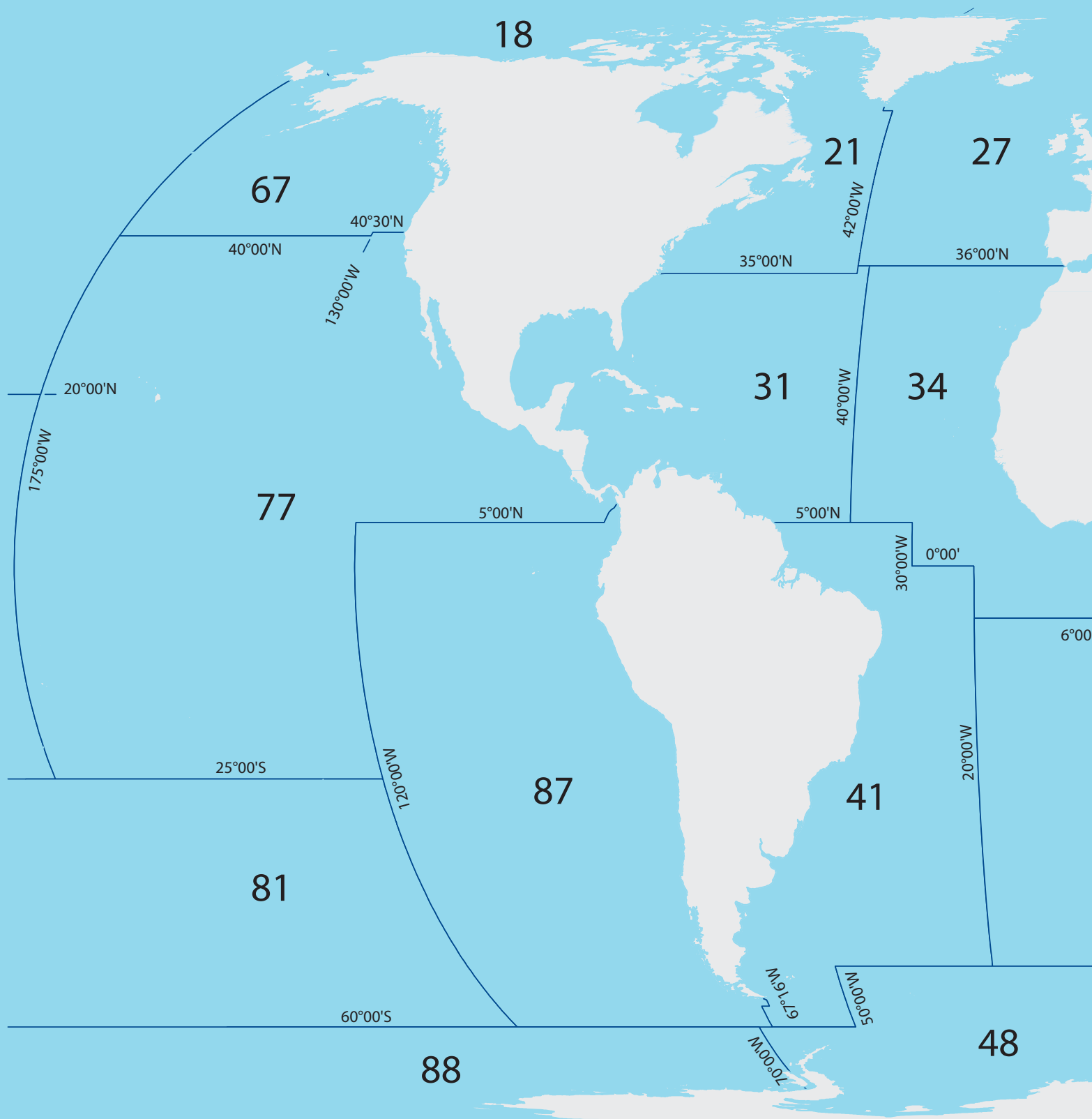
Connectez-vous sur www.transgourmet.fr/origine

DES PRODUITS SÉLECTIONNÉS POUR LEUR EXCELLENCE ET LEURS QUALITÉS GUSTATIVES

Beaux et bons... C'est d'abord ce qui doit qualifier un produit Origine, un produit différent, cela se voit et cela se goûte. C'est la raison pour laquelle Transgourmet a mis en place une sélection extrêmement rigoureuse en soumettant chacun d'entre eux à un comité de chefs exigeants avec pour objectif de retrouver une authenticité sans concession pour servir au mieux vos cartes.

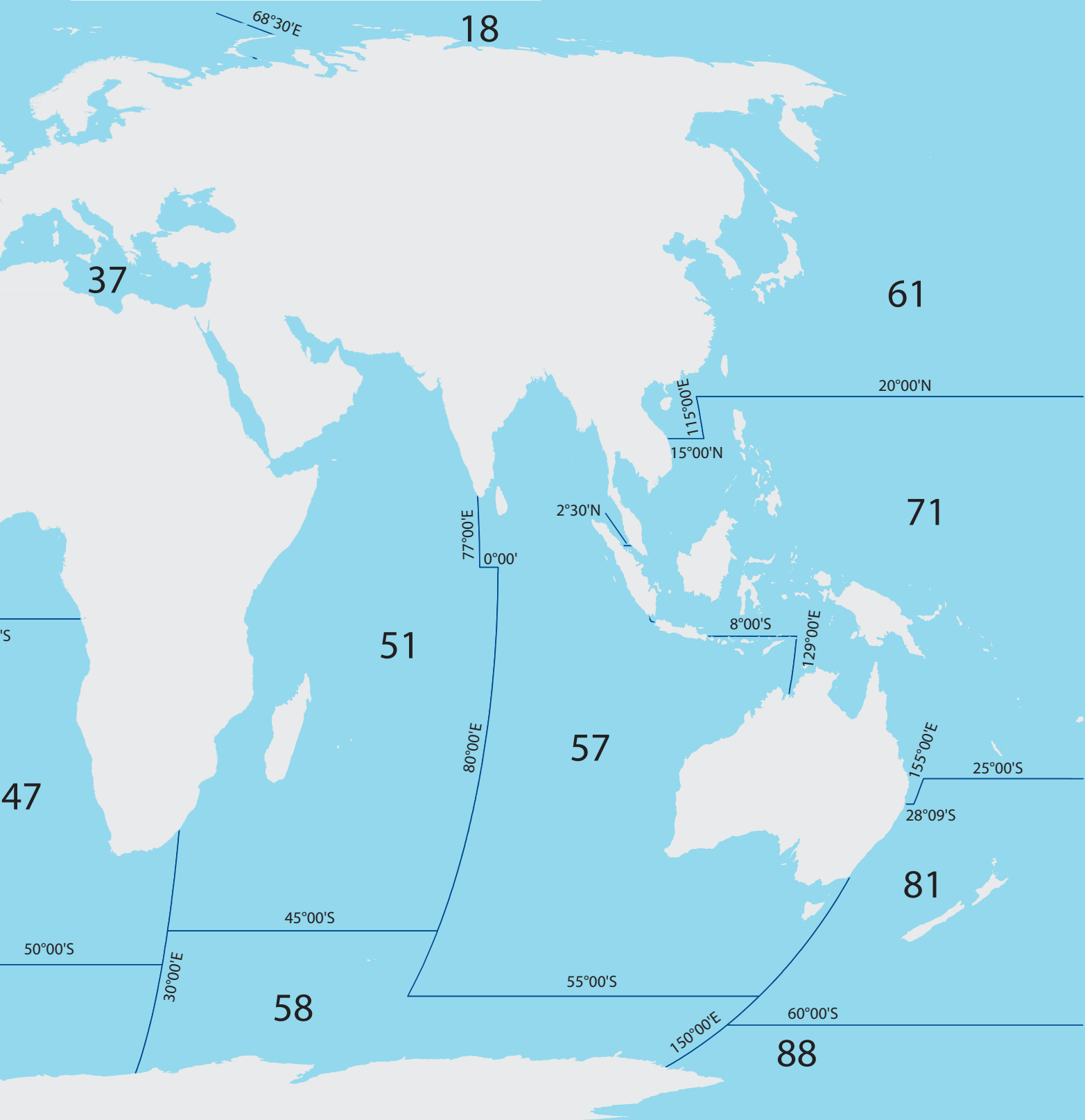


Les zones de pêche dans le monde



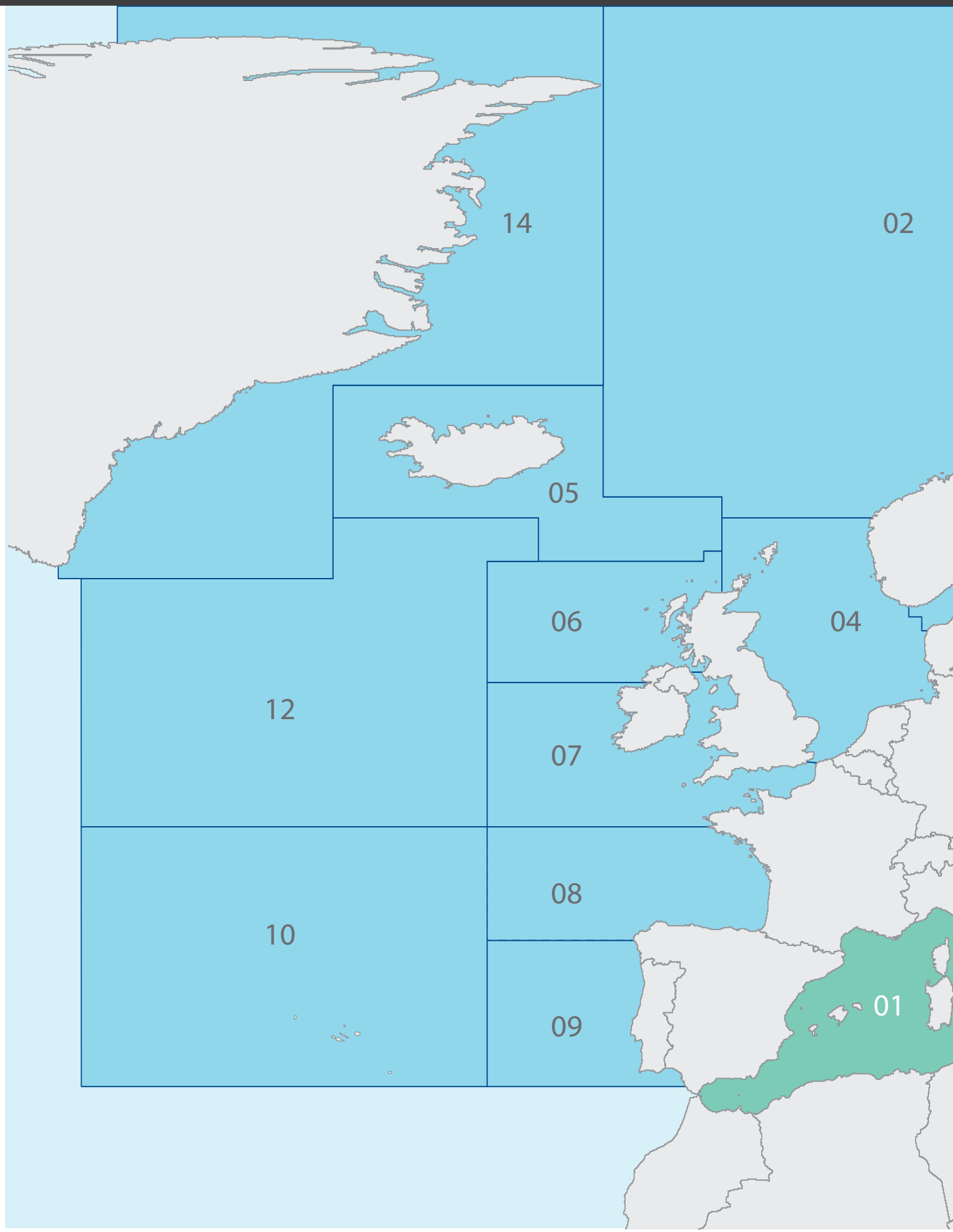
Zone FAO	Nom des zones
18	Océan Arctique
21	Atlantique Nord-Ouest
27	Atlantique Nord-Est
31	Atlantique Centre-Ouest
34	Atlantique Centre-Est
37	Méditerranée et Mer Noire
41	Atlantique Sud-Ouest
47	Atlantique Sud-Est
48	Atlantique Antarctique
51	Océan Indien Ouest

Zone FAO	Nom des zones
57	Océan Indien Est
58	Océan Indien, Antarctique et Austral
61	Océan Pacifique Nord-Ouest
67	Océan Pacifique Nord-Est
71	Océan Pacifique Centre-Ouest
77	Océan Pacifique Centre-Est
81	Océan Pacifique Sud-Ouest
87	Océan Pacifique Sud-Est
88	Océan Pacifique Antarctique



Les sous-zones de pêche

En Atlantique Nord-Est et Méditerranée



Zone FAO 27	ATLANTIQUE NORD-EST
01	Mer des Barents
02	Mer de Norvège
03	Mer Baltique
04	Mer du Nord
05	Islande et Féroé
06	Ouest Écosse
07	Manche et Mers Celtiques
08	Golfe de Gascogne
09	Ouest Portugal
10	Açores
12	Nord Açores
14	Est Groenland

Zone FAO 37	MÉDITERRANÉE
01	Ouest Méditerranée
02	Centre Méditerranée
03	Est Méditerranée
04	Mer Noire



Les techniques de pêche

2. PÊCHE EN PLONGÉE

Le pêcheur-plongeur descend à quelques mètres de profondeur en apnée, bouteille ou scaphandre et ramasse chaque individu à la main.

Espèces ciblées

Ormeau, araignée de mer, oursin...

Avantages

Technique de pêche particulièrement respectueuse de l'environnement sous réserve de respecter les règles de gestion en vigueur.

3. CASIER

Illustration

• Nasses et casiers

Principalement utilisé pour la capture des crustacés et mollusques qui vivent sur le fond. Casiers ou nasses sont garnis d'un appât de poisson frais et sont déposés sur le fond marin. Ils sont laissés sur place pendant une période pouvant aller de quelques heures à quelques jours.

Espèces ciblées

Crabe, langouste, homard, poupe, anguille...

Avantages

Cette technique de pêche est sélective et garde les animaux vivants en cas de rejets. De plus, elle a un impact limité sur l'environnement sous réserve de respecter les règles de gestion en vigueur. L'utilisation de trappes d'échappement évite de capturer des animaux de trop petite taille.

4. LIGNE

Illustration

• Palangre

Autres engins

- Ligne à main
- Ligne de traine

Il s'agit d'une ou plusieurs lignes sur lesquelles pendent des hameçons garnis d'appâts.

Espèces ciblées

Thon, maquereau, saumon, bar...

Avantages

- Habitats marins respectés.
- Pêche sélective en termes de tailles et d'espèces de poissons.
- Des produits de très bonne qualité et généralement vivants.

5. DRAGUE

Illustration

• Dragues remorquées

Autres engins

- Dragues à mains
- Dragues suceuses
- Dragues mécanisées

Experte de la chasse aux coquillages !

Engin traîné sur le fond constitué d'une armature sur laquelle est fixée une poche en filet ou en anneaux métalliques munie de lames (couteaux) métalliques ou de dents afin de déterrer les coquillages enfouis dans le sédiment.

Espèces ciblées

Coquille Saint-Jacques, praire, palourde...

Avantages

Pêche sélective : les dimensions du sac ou de l'armature permettent l'échappement des petits individus. L'assurance de bons rendements pour les pêcheurs.

1. PÊCHE À PIED

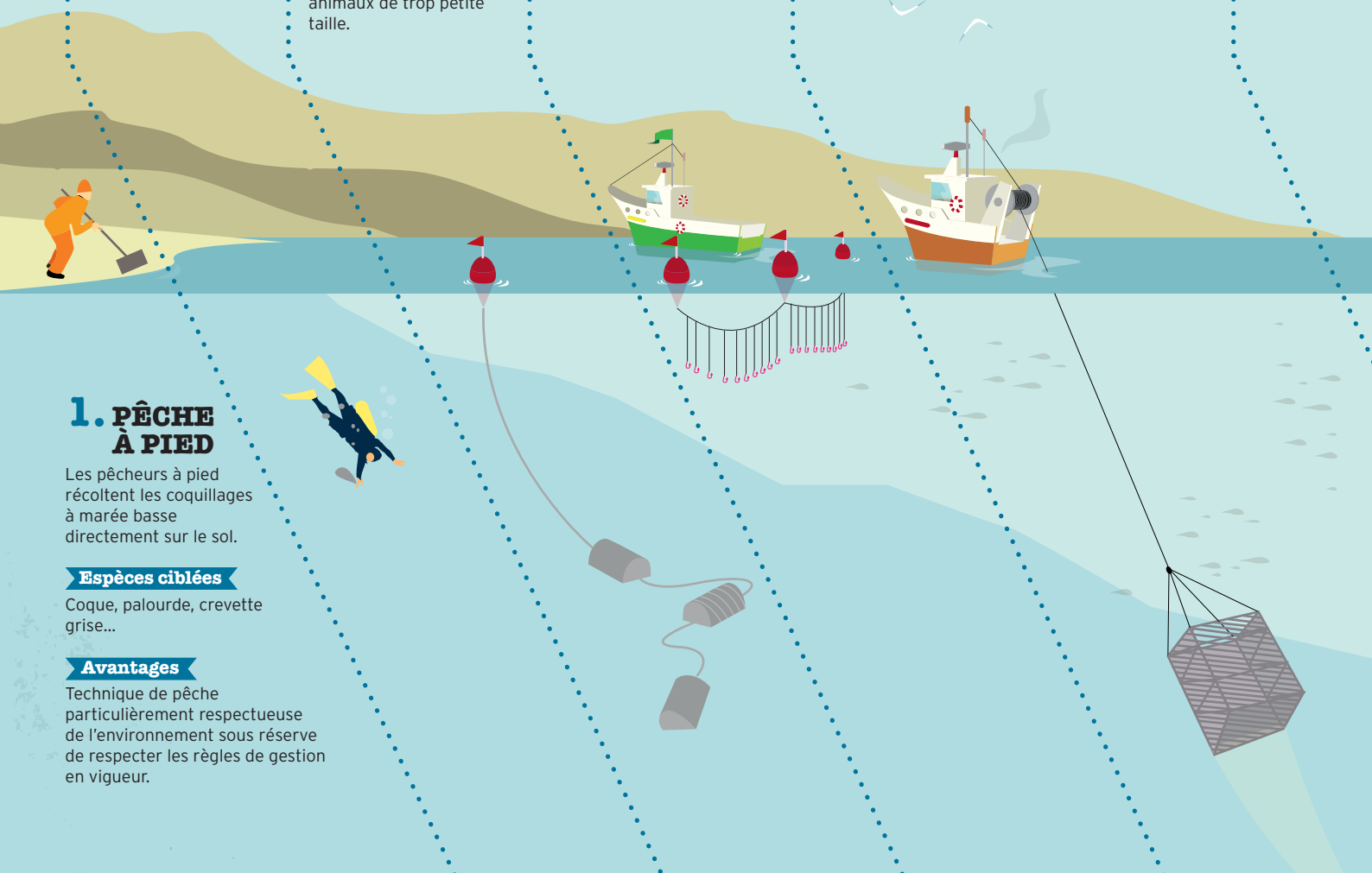
Les pêcheurs à pied récoltent les coquillages à marée basse directement sur le sol.

Espèces ciblées

Coque, palourde, crevette grise...

Avantages

Technique de pêche particulièrement respectueuse de l'environnement sous réserve de respecter les règles de gestion en vigueur.



Les bateaux et les techniques de pêche sont adaptés à l'espèce recherchée, à son lieu de vie, à son comportement. Les engins de pêche utilisés de nos jours par les pêcheurs professionnels permettent, par leur conception, de prendre des poissons, crustacés et mollusques avec efficacité. Ces engins font l'objet de recherches afin de mettre en œuvre des méthodes de pêche plus respectueuses de l'environnement, plus sélectives par rapport aux espèces visées, et plus sécurisées au niveau des conditions de travail des marins à bord.

6. CHALUT

Illustration

• Chalut pélagique

Autres engins

- Chalut à perche
- Chalut de fond

Grands filets coniques en forme de sac ou de poche, remorqués par un navire, parfois deux («en bœufs»). Quand ils ont été tractés sur une durée suffisante, on les sort de l'eau pour vider la poche contenant le poisson capturé sur le pont ou directement dans la cale.

Espèces ciblées

- Chaluts pélagiques : hareng, maquereau, bar, anchois, sardine...
- Chaluts de fond : cabillaud, églefin, merlan, poissons plats, langoustine, crevette...
- Chaluts à perche : poissons plats, crevette grise...

Avantages

- Grande diversité de captures sur les espèces commercialisables.
- Un effort de pêche contrôlable : le maillage de la poche de récupération est adaptable à l'espèce ciblée.
- Technique modulable : la forme et l'ouverture du filet peuvent être modifiées pour limiter les captures de très petite taille ainsi que les rejets.

7. SENNE

Illustration

• Sennes danoises (de fond)

Autres engins

- Sennes manoeuvrées par 2 navires
- Sennes tournantes coulissantes
- Sennes de plage
- Sennes écossaises (de fond)

Nappes de filets rectangulaires de faible maillage mais très résistants utilisés en surface. On les appelle aussi «filets tournants» : leur particularité, s'enrouler autour du banc de poissons afin de les capturer. Des flotteurs sont fixés sur la partie supérieure tandis que la partie inférieure est lestée.

Espèces ciblées

- Sennes danoises et écossaises : grondin, rouget, mulot...
- Sennes tournantes coulissantes : thon, hareng, maquereau...
- Filets tournants : sardine, anchois, thon...

Avantages

- Habitats marins respectés grâce à une pêche en surface.
- Pêche sélective due au comportement homogène en banc des espèces recherchées.
- Poisson d'excellente qualité, ramené vivant à bord.

8. FILET

Illustration

• Filet maillant

Autres engins

- Filets maillants calés (ancrés)
- Filets maillants encerclants
- Filets maillants dérivants
- Trémails
- Trémails et filets maillants combinés

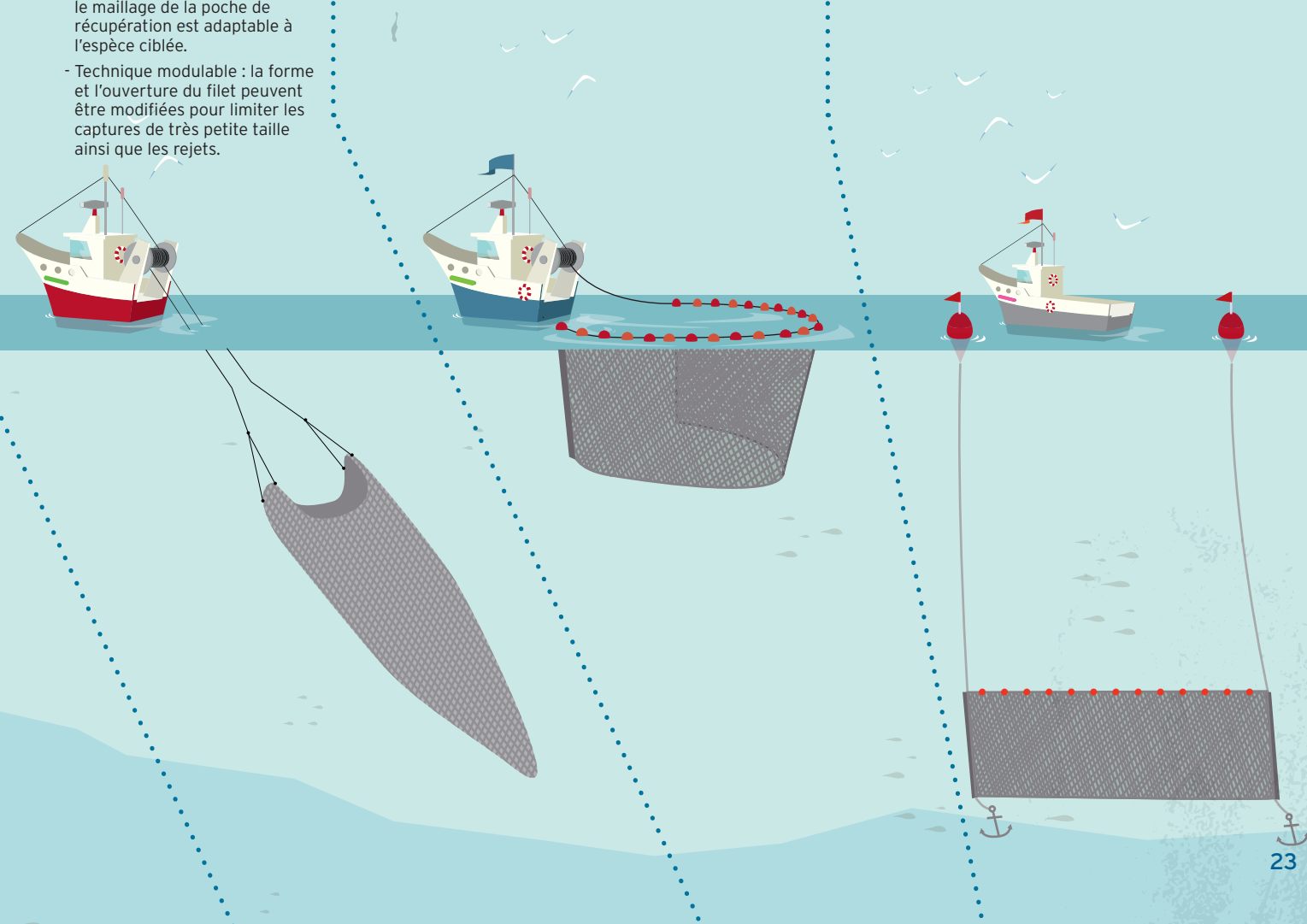
Les filets maillants forment une nappe rectangulaire déployée verticalement dans l'eau sur le parcours des bancs de poissons ou à proximité de ceux-ci. Chaque maille fonctionne comme un piège pour les poissons qui s'y engagent, en le retenant par les ouïes. Le maillage est adapté à chaque espèce et gabarit recherchés.

Espèces ciblées

- Espadon, thon, calamar, merlu, lotte, truite...

Avantages

- Une pêche sélective.
- Une pêche sans appât : coûts de fonctionnement réduits, pas de risque de capturer des oiseaux lors de la mise à l'eau des filets.



Les principales découpes du poisson

La découpe dépend à la fois de l'espèce de poisson et de son usage final (recette et cuisson). Il peut être débité en filets, darnes, pavés, dos ou en portefeuille.

1- Le filet

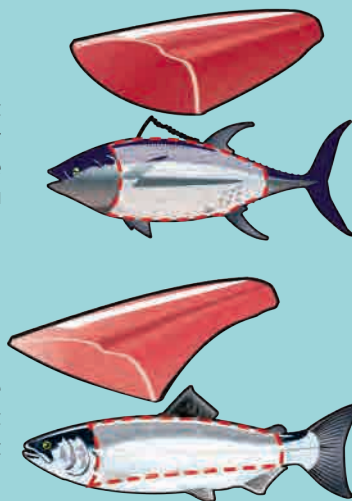
Il se lève de la tête à la queue sur de nombreux poissons comme le cabillaud, le merlu, le merlan, le saumon, la sole, la lingue... Il est en général dépourvu de peau. Le filet possède une face externe et une face interne (viscérale).

Longe, pour les gros poissons :

La longe est l'équivalent d'un énorme filet prélevé sur des poissons de grande taille comme le thon, l'espadon ou le requin.

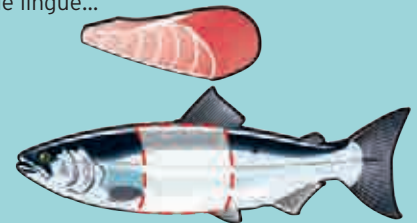
Filet sans flanc :

La partie inférieure, appelée flanc, peut éventuellement être coupée. On parle de filet sans flanc.



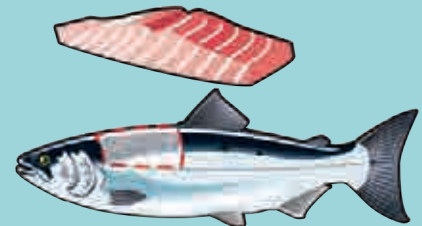
3- Le pavé

C'est un morceau de filet épais prélevé dans sa largeur. Il peut être pourvu d'arêtes, présentes dans la partie inférieure du poisson, avec ou sans peau. On trouve couramment des pavés de saumon, de cabillaud, de lingue...



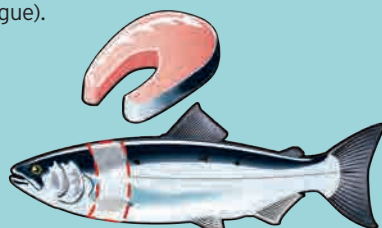
4- Le dos

Il représente la partie haute du filet, éloignée des viscères. Cette partie noble, dépourvue d'arêtes, est en général prélevée sur le saumon, l'églefin, le cabillaud, le lieu noir, la lingue.



2- La darne

C'est une tranche de poisson déjà éviscéré, prélevée perpendiculairement à son axe. Elle est toujours pourvue de peau et provient de poissons d'assez grande taille (espadon, thon, cabillaud, lieu, saumon, lingue).



5- La découpe en portefeuille

Le poisson se présente en entier et écaillé. L'arête centrale est retirée en ouvrant le poisson sur le dos mais en le laissant attaché côté ventral. Pour le saumon, cette opération est effectuée par le ventre, chaque saumon étant toujours éviscéré après capture. Le poisson est ainsi vidé et dépourvu d'arête. Il est ainsi prêt pour recevoir une farce.



Détermination de la taille des poissons et crustacés

La réglementation en vigueur fixe pour la plupart des espèces des tailles minimales de capture des poissons et crustacés afin de préserver les ressources halieutiques. Pour comprendre comment ces tailles sont déterminées, nous vous invitons à découvrir les règles de mensurations applicables.



Poisson

Le poisson se mesure du point le plus en avant de la tête, bouche fermée, jusqu'à l'extrémité de la queue, la queue étant rabattue. L'animal doit être posé à plat sur son flanc droit ou sur sa surface ventrale pour les poissons plats.

Langoustine

Homard



La mesure de la langoustine et du homard se prend de la marge postérieure du creux orbital à la bordure distale dorsale du céphalothorax (longueur céphalothoracique)

a) Longueur céphalothoracique b) Longueur totale

Langouste

La taille de la langouste se mesure parallèlement à la ligne médiane, de la pointe du rostre jusqu'au médian de la bordure distale dorsale du céphalothorax. On mesure comme pour la langoustine et le homard la longueur céphalothoracique.



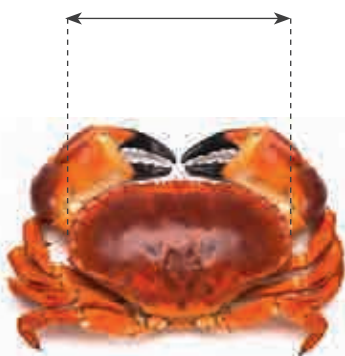
Araignée de mer et étrilles

On mesure également la longueur céphalothoracique : le point antérieur correspond au fond de l'échancrure entre les pointes dorsales.



Tourteau

Contrairement aux autres crustacés, pour le tourteau, on mesure la largeur céphalothoracique.



Molusque bivalve

Pour les mollusques bivalve, nous mesurons la largeur, alors que pour les moules, ce sera plutôt la longueur.



Buccin

Pour les buccins tels que les bulots, c'est la longueur totale qui est mesurée.



Le calendrier de Saison

Tout comme pour les fruits et légumes, il existe des saisons pour le poisson. En faisant confiance à Transgourmet Seafood, et en vous tournant vers des poissons de saison, vous avez l'occasion de découvrir de nouvelles espèces et de nouvelles saveurs.

Poissons sauvages

	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
ANCHOIS FRANCE												
ANCHOIS ESPAGNE												
BAR												
BARBUE												
BONITE À DOS RAYÉ												
BOUILLE DE ROCHE												
BROSME												
CABILLAUD												
CABILLAUD SKREI												
CHINCHARD												
CONGRE												
DORADE GRISE												
DORADE ROSE												
DORADE ROYALE												
ÉGLEFIN												
ESPADON												
FÉRA												
FLET COMMUN												
FLÉTAN NOIR												
GRONDIN PERLON												
GRONDIN ROUGE												
HARENG												
LIEU JAUNE												
LIEU NOIR												
LIMANDE SOLE												
LINGUE BLEUE												
LINGUE FRANCHE / JULIENNE												
LOTTE												
LOUP DE MER												
MAIGRE												
MAQUEREAU												
MERLAN												
MERLU												
MÉROU												

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

ABSENT **PEU D'APPORT** **APPORT NORMAL** **APPORT ABONDANT**

Poissons sauvages

	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
MOSTELLE DE ROCHE												
MULET												
PERCHE DU NIL												
PERCHE EUROPÉENNE												
PLIE												
EMISSOLE LISSE												
RAIE FRANÇAISE												
RAIE US												
RASCASSE DU NORD												
RASCASSE DE MÉDITERRANÉE												
ROUGET-BARBET												
PETITE ROUSSETTE												
GRANDE ROUSSETTE												
SAINT-PIERRE												
SARDINE												
SOLE												
SOLE TROPICALE												
SAUMON KETA												
SAUMON ROSE												
SAUMON ROUGE												
TACAUD												
TURBOT												
THON ALBACORE												
THON GERMON												
THON OBÈSE												
THON ROUGE												
VIVE												
VIEILLE												

Le calendrier de Saison



Coquillages

	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
AMANDE												
BIGORNEAU												
BULOT												
CLAMS												
COQUE												
COQUILLE SAINT-JACQUES PECTEN MAXIMUS												
COQUILLE SAINT-JACQUES PLACOPECTEN MAGELLANICUS												
COUTEAU												
HUITRE FINE DE CLAIRE												
HUÎTRE D'ISIGNY												
HUÎTRE PLATE DE CANCALE												
HUÎTRE POUSSE EN CLAIRE												
HUITRE SPÉCIALE DE CLAIRE												
MOULE EDULIS												
MOULE D'ESPAGNE												
MOULE DE BOUCHOT												
ORMEAU ÉLEVAGE												
ORMEAU SAUVAGE												
OURSIN												
PALOURDE EUROPÉENNE												
PALOURDE JAPONAISE												
PÉTONCLE												
PRAIRE												
VERNIS												



Niveau d'abondance selon la saisonnalité

ABSENT PEU D'APPORT APPORT NORMAL APPORT ABONDANT

Céphalopodes & Batraciens

	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
ENCORNET / CALAMAR												
POULPE												
SEICHE												
CUISSES DE GRENOUILLE FRANCE												
CUISSES DE GRENOUILLE IMPORT												

Crustacés

	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
ARAIGNÉE DE MER												
CRABE ROYAL												
CRABE VERT												
CREVETTE BLEUE												
CREVETTE BOUQUET												
CREVETTE GRISE												
CREVETTE MONODON												
CREVETTE VANNAMEI												
ÉCREVISSE												
ÉTRILLE												
HOMARD CANADIEN												
HOMARD EUROPÉEN												
LANGOUSTE ROUGE EUROPÉENNE												
LANGOUSTE ROSE OU MAURITANIE												
LANGOUSTINE												
POUCE-PIED												
TOURTEAU												

SOMMAIRE

31 • POISSONS SAUVAGES

- 32 L'anchois, la barbue, le bar et le brochet
- 34 La bonite, la bouille, le chinchard et le congre
- 36 Le cabillaud, le cabillaud skrei, l'églefin et l'espadon
- 38 La dorade grise, la dorade rose et la dorade royale
- 40 La fêra, le hareng, le flet commun et le flétan noir
- 42 Le grondin perlé, le grondin rouge, le lieu jaune et le lieu noir
- 44 La limande sole, le maigre, le maquereau et le mulot
- 46 La lingue bleue, la lingue franche
- 47 Hennequin : l'excellence de la marée**
- 48 La lotte, le loup de mer, le merlan et le merlu
- 50 Le mérout, la mostelle de roche et la plie
- 52 La perche du Nil, la perche européenne et les saumonettes
- 54 La raie Française, la raie US, la rascasse du nord et la rascasse de Méditerranée
- 56 Le rouget-barbet, la sole tropicale et la sole commune
- 58 Les saumons et le Saint-Pierre
- 60 La sardine, le tacaud et le turbot
- 62 Les thons
- 64 La vive et la vieille



31



81

65 • POISSONS D'ÉLEVAGE

- 66 L'aquaculture
- 68 L'anguille et le bar
- 69 Gloria Maris : l'aquaculture exemplaire**
- 70 Le brochet, le cabillaud, la carpe et la dorade royale
- 72 L'esturgeon, la fêra, le maigre et l'omble chevalier
- 74 Le pangas, le sandre, le tilapia et le turbot
- 76 Saumon islandais : l'élevage en harmonie avec la nature**
- 78 Le saumon
- 79 Les découpes de filets de saumon
- 80 La truite arc-en-ciel et la truite fario



99

81 • CÉPHALOPODES & BATRACIEN

- 82 Les caractéristiques des céphalopodes**
- 83 L'encornet et le poulpe
- 84 La seiche et les cuisses de grenouille

85 • COQUILLAGES

- 86 Les huîtres
- 87 SCEA LAMAISSON : l'huître passionnée**
- 88 L'huître d'Isigny, l'huître plate de Cancale, l'amande et le bigorneau
- 90 Le bulot, le clam, la coque et le couteau
- 92 L'ormeau, l'oursin et les palourdes
- 94 Les moules et le pétoncle
- 96 La coquille Saint-Jacques
- 97 Lequettier : le fleuron de la Saint-Jacques**
- 98 La praire et le vernis

99 • CRUSTACÉS

- 100 Les crevettes
- 102 L'araignée de mer, le crabe royal, le crabe vert et l'écrevisse
- 104 Le homard européen, le homard canadien, l'étrille et les langoustes
- 106 La langoustine, le pouce-pied et le tourteau



65



85



107



113

107 • FUMAISSONS

- 108 Le filet de hareng, l'anguille, le flétan, le filet de maquereau, les œufs de cabillaud et la poutargue
- 110 Le saumon et le haddock
- 111 J.C. David : du poisson, du sel, du feu**
- 112 Le sprat, le thon, la truite et les taramas

113 • SALAISSON & SAURISSE

- 114 Le caviar Oona, les œufs de saumon, les œufs de truite, les œufs de lump et les blinis

- 116 L'encre de sèche, le corail d'oursin, les écrevisses et crevettes en saumure, et les crevettes grises cuites

- 117 Les terrines
- 118 Les algues

- 120 Le saumon farci, la marinade de poulpe, le rouleau et les miettes de surimi, le cocktail et la salade de fruits de mer, les moules et coques sous-vide

- 122 Les anchois, la sardine, les rollmops, la chair de tourteau et de crabe, la quenelle de brochet, la soupe de poisson, la brandade de morue

Poissons sauvages

37 halles à marée en France
métropolitaine en 2015

4 400 navires en France
métropolitaine
en 2014





L'anchois

Mariné, frais ou en friture, on a l'embarras de l'anchois !

L'anchois

ENGRAULIS ENCRASICOLUS

- Anchois Océan Atlantique, Mer Méditerranée et Mer Noire - *Engraulis encrasicolus*.
- Anchois Océan Pacifique - *Engraulis japonicus* ou *Engraulis ringens*

► Petit poisson grégaire présent dans plusieurs mers et océans du monde. De croissance rapide mais de vie brève, rares sont les anchois qui dépassent les 3 ans. L'anchois est un poisson de petite taille au corps cylindrique. Son dos est nuancé bleu ou vert, flanc et ventre sont argentés à l'éclat métallique. L'anchois est beaucoup plus élancé que la sardine et son œil est plus gros.



ZONES DE PÊCHE

- Océan Atlantique
- Mer Noire
- Océan Pacifique
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut pélagique
- Senne



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier



SAISONNALITÉ

En France :

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D

En Espagne :

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



USAGES

Sa chair est fine et un peu grasse mais recherchée pour son goût caractéristique. Côté cuisine, on trouve souvent l'anchois transformé, salé ou à l'huile, entourant une câpre, en semi-conserve ou en boquerones. Frais, proposez-le pour faire une friture, c'est une des meilleures qui soient. Ou conseillez le cru, en filet, avec un jus de citron et un trait d'huile d'olive : c'est délicieux.

La barbue

Une chair fine et blanche proche du turbot.
Un poisson pas rasoir.



La barbue

SCOPHTHALMUS RHOMBUS



USAGES

Sa chair fine et blanche ressemble à celle du turbot mais son prix est moins élevé. Toutes les cuissons lui conviennent. En l'associant avec des crevettes, langoustines, moules... la barbue devient un plat complet et nutritif.

► Au physique très proche du turbot, la barbue s'en distingue par l'absence d'excroissance osseuse sur la face supérieure et par sa forme un peu ovale. Elle est capable de se camoufler dans le sable par mimétisme avec le milieu qui l'entoure.



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut à perche



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est, de la Norvège au Maroc
- Mer Méditerranée
- Mer Noire



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Barquette sous atmosphère
- Pavé sans peau
- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière
- Filet
- Pavé sans peau

Le saviez vous ?

Pourquoi le nom de barbue ?
A cause de sa nageoire dorsale, toute ébouriffée.



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT

Le bar

Poisson d'exception, le bar est open* à toutes les cuissons. Le must** ? Le bar de ligne.

Le bar

DICENTRARCHUS LABRAX

- Caractérisé par un corps fuselé aux écailles argentées et au dos blanc, le bar vit dans les eaux côtières de l'Atlantique Nord-Est, de la Méditerranée et de la mer Noire. A maturité, les femelles mesurent entre 37 et 42 cm selon les régions et les mâles entre 28 et 38 cm. Le bar sauvage a un prix plus élevé que le bar d'élevage, mais une qualité de chair exceptionnelle.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Mer Méditerranée
- Mer Noire



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne de traîne
- Palangre
- Senne
- Chalut pélagique



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Pavé sans peau, sans arête
- Pavé avec peau

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet
- Pavé



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | **O** | **N** | **D**

Le saviez vous ?

Pour la petite histoire : en raison de la grande voracité du bar, ce prédateur est appelé loup en Méditerranée. En revanche, en Atlantique, il existe un loup de mer qui n'a rien à voir avec le bar !



USAGES

Sa chair très blanche est maigre, au goût subtil, sans arête et savoureuse. Elle reste ferme après cuisson. Cuit entier en papillote, grillé au four, en croûte de sel, il est inutile de l'écailler. En filets, on le cuit à la poêle et on le finit au four.



Le brosme

Un air de famille avec le cabillaud. Prenez-le dans vos filets.

Le brosme

BROSME BROSME



USAGES

Sa chair est maigre et blanche avec peu d'arêtes. On le prépare comme des filets de julienne ou de cabillaud.

- Le brosme est un membre de la famille du cabillaud, les gadidés. D'une taille pouvant atteindre 1 mètre pour un poids de 13 kg, le brosme se reconnaît, entre autres, à sa nageoire dorsale unique qui, comme sa nageoire anale, rejoint sa nageoire caudale. Sa coloration va du rouge foncé ou du brun verdâtre au jaune pâle sur le dos et se dégrade en crème jusqu'au ventre. Ses nageoires impaires suivent la couleur du corps et portent une ligne noire près de la marge. Les nageoires pectorales et pelviennes sont de même teinte que les flancs avec du noir au bout. Sa tête évoque un peu le cabillaud, en pointe arrondie et aplatie sur le dessus, avec un barbillon un peu plus long que son diamètre oculaire. Les jeunes individus ont quelques bandes verticales jaunâtres sur les flancs.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Filet
- Pavé



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangrotte
- Palangre
- Chalut à panneau
- Ligne à main



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | **O** | **N** | **D**

*open : ouvert. **Le must : l'indispensable



La bonite / La bonite à dos rayé

Une chair grasse et rouge,
une texture fondante,
la bonite a tout bon.

**La bonite /
La bonite
à dos rayé**
SARDA SARDA

► Les bonites à dos rayé possèdent un corps fusiforme ovalisé et compressé latéralement, une tête et des dents pointues assez hautes, coniques, dirigées vers l'arrière, à écartements irréguliers. La première nageoire dorsale de la pélamide (son autre nom) est longue et tenue par 20 à 23 épines, quasiment jointe à la seconde dorsale. Le dos de la bonite à dos rayé est bleu sombre avec 5 à 11 bandes longitudinales obliques, ses flancs et son ventre sont blancs nacrés.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique
- Méditerranée
- Mer Noire



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Au filet
- A la traîne
- A la palangre



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entière
- Filet



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | **J | J | A | S | O | N** | D



USAGES

La chair de la bonite est rose claire, succulente en carpaccio ou en tartare tant sa texture est fine, fondante et soyeuse.

Certains la préparent avec des zestes de bergamote et des légumes en julienne, d'autres avec un trait de jus de citron, un peu d'échalote ou un fruit exotique.



La bouille de roche

La bouille de roche



USAGES

Idéale pour la préparation
de la traditionnelle
bouillabaisse.



► Assortiment de poissons de roche en provenance de la mer Méditerranée (vive, rascasse, Saint-Pierre friture, lotillon, grondin, cigale de mer...)



ZONES DE PÊCHE

- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT

Le chinchard

Plus micro que maquereau, il est savoureux cru, mariné ou grillé entier.

Le chinchard

TRACHURUS TRACHURUS
TRACHURUS MEDITERRANEUS

► Le chinchard commun ressemble au maquereau car son corps est tout aussi élancé et fusiforme. Son pédoncule caudal - la partie postérieure de son corps - est très fin. Son dos est assez foncé, d'une teinte allant du gris au verdâtre et ses flancs blanc argenté sont traversés par une ligne hérissée de piquants. Il possède de grands yeux et une mâchoire proéminente. Ses ouïes sont soulignées par de petites taches noires.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est : du nord de la Norvège à l'Afrique du Sud
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut pélagique
- Senne
- Filet



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Si la mode des sushis, pour lesquels le chinchard est très utilisé, stimule la visibilité de cette espèce, le chinchard reste à découvrir pour la majorité des consommateurs. Préparé cru, en filet mariné ou encore grillé entier, le chinchard est un poisson savoureux.



Le congre

Pas très avenant avec sa forme de serpent de mer ! Mais une chair goûteuse et de bonne tenue.

Le congre

CONGER CONGER



USAGES

C'est un poisson très économique à l'achat, pour une chair blanche ferme et assez goûteuse mais qui contient beaucoup de petites arêtes.

Le congre peut s'accommoder grillé, poêlé, en brochettes, et la bonne tenue de sa chair à la cuisson fait qu'on le cuisine souvent dans des préparations en sauce du type « matelote ». La chair, pour les grillades et autres brochettes gagne à être marinée avec huile, citron, et aromates divers.

► C'est la forme de son corps qui le rend si peu avenant. Le congre est un poisson serpentiforme : très allongé, il évoque le reptile, comme sa cousine l'anguille avec qui il est parfois confondu. D'ailleurs, on le surnomme parfois « anguille des mers ». Le corps très allongé du congre présente une couleur allant du gris clair au brun foncé, voire au noir. Ses nageoires pectorales sont très développées, plus que celles de l'anguille.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : des Iles Féroé à l'Afrique du Nord
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne
- Chalut de fond
- Filet



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier
- Darne
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D





Le cabillaud

Traitez-le de morue, il ne sera pas offusqué. Le poisson facile par excellence.

Le cabillaud

GADUS MORHUA

► C'est un poisson blanc, « rond » pour les Anglo-Saxons (roundfish) dont la couleur du dos tend vers le vert, le jaune ou le gris (parfois très foncé, souvent moucheté de brun et de jaune). Son ventre est blanc. On note la présence d'un barbillon sous le menton. C'est l'un des poissons les plus populaires.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut
- Filet
- Palangre
- Senne
- Ligne



SAISONNALITÉ

- Apport soumis à quotas

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Dos sans peau - Dos sans peau, sans arête
- Dos avec peau - Dos avec peau, sans arête
- Dos saumuré avec peau - Dos saumuré sans peau
- Filet sans peau, sans arête
- Pavé sans peau, sans arête - Pavé avec peau
- Pavé saumuré avec peau - Queue sans peau

Pour les pièces inférieures à 100 g = 20 pièces par barquette.
Pour les pièces supérieures à 100 g = 10 pièces par barquette.

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier - Dos avec peau - Dos sans peau
- Dos saumuré avec et sans peau - Pavé avec peau
- Pavé saumuré - Filet avec peau - Filet sans peau
- Filet sans peau, sans arête

• Sous-vide

- Filet avec peau



USAGES

Sa chair est dense, s'effeuillant en larges chevrons.

Il possède peu de grosses arêtes.

Le cabillaud aime les accords corsés avec du chorizo, de l'aïoli, du citron vert. En filets ou en darnes, il est tout indiqué pour les brochettes et les papillotes. Préférez les cuissons à basse température pour garder le moelleux de sa chair fine.

Le saviez vous ?

La dénomination Morue est plutôt utilisée pour le cabillaud séché et salé !
Le terme Moruette désigne les individus juvéniles.

Pourcentage de perte
ENVIRON
40%

Le cabillaud skrei

Il vient des fjords norvégiens mais ne laisse pas de glace.

Le cabillaud skrei

GADUS MORHUA



USAGES

Reconnu par le monde de la gastronomie pour la délicatesse et la blancheur exceptionnelle de sa chair, le cabillaud de Norvège est incontestablement l'un des trésors des eaux norvégiennes.

Facile à préparer, ayant peu d'arêtes, le cabillaud de Norvège permet de jouer la carte de l'exception en toute simplicité. Cuisson idéale à la plancha.

► Dans la mer de Barents, on trouve la population de cabillauds la plus importante au monde. C'est de là que vient le cabillaud Skrei.

Chaque janvier, portés par leur instinct, des centaines de millions de cabillauds dans la fleur de l'âge migrent vers la côte nord de la Norvège et les îles Lofoten.

Ce long périple à contre-courant dans les eaux glaciales confère à ce poisson une chair particulièrement savoureuse, ferme et nacrée. Ainsi, c'est uniquement après ce voyage tonifiant que le cabillaud peut être appelé Skrei. Ce nom puise ses origines dans le vieux norrois « skrida » : « j'avance ».

Ce miracle de la nature perdure quatre mois, de janvier à avril. Seulement une petite partie des centaines de millions de poissons est pêchée, avec le grand soin des méthodes de pêche traditionnelles. Ensuite, le Skrei reprend le chemin du nord. Il a accompli son frai et retourne dans la mer de Barents. Le Gulf Stream amène également des milliards d'œufs fécondés vers le nord. Les œufs éclosent, les nouveaux alevins de cabillaud poursuivent leur voyage. La boucle est ainsi bouclée.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne
- Palangre
- Filet
- Chalut
- Chalut pélagique



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Pavé avec peau

Pour les pièces inférieures à 100 g = 20 pièces par barquette.
Pour les pièces supérieures à 100 g = 10 pièces par barquette.

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet avec peau



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Pourcentage de perte
ENVIRON
40%



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

□ ABSENT ■ PEU D'APPORT ■ APPOINT NORMAL ■ APPOINT ABONDANT



L'égglefin

MELANOGRAMMUS AEGLEFINUS

L'égglefin

Grillé frais ou fumé et salé,
un poisson *ad hoc*.

Le saviez vous ?

Fumé,
il prend l'appellation
haddock



USAGES

C'est un poisson maigre. Sa chair blanche est plus tendre que celle du cabillaud. Elle donne de beaux flocons dont la saveur est douce et quelque peu sucrée.

Très frais, l'égglefin peut se manger cru en carpaccio. Il se cuit à la vapeur. Attention au temps de cuisson, sa chair délicate peut se déliter. Pané, c'est le fameux « fish and chips » des Anglais.



► L'égglefin ressemble au cabillaud, mais en plus petite taille. Sa tête et son dos sont d'un gris argenté. Ce gadidé est facilement reconnaissable grâce à sa tache foncée au-dessus de la ligne latérale. Son ventre possède des reflets roses.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Manche
- Mer du Nord



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne
- Palangre
- Filet
- Chalut de fond
- Senne



SAISONNALITÉ



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Filet sans peau
- Filet sans peau, sans arête
- Pour les pièces inférieures à 100 g = 20 pièces par barquette.
- Pour les pièces supérieures à 100 g = 10 pièces par barquette.

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Dos
- Filet sans peau, sans arête

Espadon - Xiphias gladius

L'espadon

Un grand rostre plat et
une chair blanche et ferme.
N'est-ce pas donc un poisson
facile à cuisiner ?

Espadon - Istiophorus albicans

L'espadon

ISTIOPHORUS ALBICANS
XIPHIAS GLADIUS



USAGES

L'espadon se caractérise par une chair dense et striée, peu grasse, au goût délicat et peu prononcé. Elle mérite une cuisson à températures douces, simplement poêlée ou au four.



► Ce poisson pélagique des mers tropicales possède un rostre aplati qui lui permet d'assommer ses proies. Sa peau lisse est de couleur bleu acier sur le dos et argentée sur le ventre. Il peut mesurer plus de 4 m à l'âge adulte et peser plusieurs centaines de kilos. Il peut se déplacer à plus de 100 km/h.



ZONES DE PÊCHE

- Eaux tropicales et tempérées des océans Atlantique
- Pacifique et Indien
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangre
- Chalut
- Senne
- Harpon
- Filet



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet
- Pavé
- Longe décongelée



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La dorade grise

Commune, mais pas banale pour autant. Testez-la crue, en sushi ou ceviche.

La dorade grise

SPONDYLIOSOMA CANTHARUS

► Principalement débarquée à Granville, Cherbourg et Port-en Bessin, poisson typique de la Manche. La dorade grise ne présente pas de larges taches noires ni de rayures sombres. Elle est de coloration grisâtre. Vivante, elle s'approche du bleu foncé et ses flancs portent des lignes longitudinales de couleur jaune doré. Ses mâchoires ne présentent ni molaires, ni canines, mais 4 à 6 rangées de petites dents pointues. Le front est légèrement concave.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut pélagique
- Ligne à main
- Palangre
- Filet droit
- Trémail
- Bolinche



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Barquette sous atmosphère
- Filet
- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière
- Entière PAC
- Filet avec peau



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Cette espèce à chair molle est peu estimée.

Il est possible de cuisiner la dorade sous différentes formes : au four, à la vapeur. La chair de la dorade grise peut également être servie crue pour les sushis par exemple.

Le saviez vous ?

Hermaphrodite, la dorade grise devient mâle vers 8 ans. Elle peut vivre jusqu'à 20 ans mais sa croissance est lente.

La dorade rose

Elle vient du Sud et on la repère à sa jolie couleur. A rôtir ou griller.



La dorade rose

PAGELLUS BOGARAVEO

Le saviez vous ?

Comme tous les sparidés, ce poisson est hermaphrodite et plus précisément hermaphrodite protandre. Ainsi, la dorade rose naît mâle pour devenir femelle lorsqu'elle atteint 20-30 cm.



USAGES

Tout simplement rôtie ou cuite à la plancha, elle est délicieuse arrosée d'une sauce vierge (échalotes, olives noires, jus de citron et tomates confites).

► C'est un poisson à l'allure plutôt trapue, qui présente un corps ovale avec des flancs aplatis. La dorade rose se reconnaît grâce à un œil particulièrement gros par rapport à sa tête et à sa petite bouche. Elle présente également comme autre signe distinctif une tache noire près des ouïes. Le dos est rougeâtre alors que les flancs deviennent progressivement blanc argenté, jusqu'au ventre qui est blanc. Ses nageoires sont roses. Les juvéniles sont de couleur beige argenté.



ZONES DE PÊCHE

- Manche
- Atlantique (du nord de l'Ecosse à la Mauritanie)
- Méditerranée



CONDITIONNEMENT

Calibrage au grammage souhaité

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut Pélagique
- Ligne à main
- Palangre
- Filet droit
- Trémail



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT

La dorade royale

Beaucoup d'élégance
et de délicatesse
pour cette princesse à la chair fine.

La dorade royale

SPARUS AURATA

► La dorade royale est considérée comme la « vraie dorade », un titre auquel n'ont pas droit les espèces roses ou grises, moins réputées. Son nom accepte deux orthographes : « daurade » ou « dorade ». La dorade royale a une chair plus fine. Elle se caractérise par un reflet doré entre les deux yeux, sans doute à l'origine de son nom. Et de son surnom de « belle aux sourcils d'or ».



ZONE DE PÊCHE

Sur les côtes de :

- La Méditerranée
- L'Atlantique Nord-Est



TECHNIQUE DE PÊCHE

- Chalut pélagique
- Chalut de fond
- Ligne à main
- Palangre
- Filet droit
- Nasse
- Trémail



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le saviez vous ?

La dorade royale a la particularité d'être hermaphrodite protandre, c'est-à-dire qu'elle naît mâle avant de devenir femelle aux alentours de la troisième année. Elle mesure déjà une vingtaine de centimètres deux ans seulement après l'éclosion.



USAGES

Sa chair fine et tendre, particulièrement subtile, doit être cuite avec précaution pour en préserver toute la qualité. Utilisez donc le four à moins de 100° C ou dans un bouillon de jus de coques aromatisé.





La féra

Star des grands lacs alpins, il joue les vedettes sur les menus des chefs.

La féra

COREGONUS FERA

► La féra est un poisson de grande profondeur du lac Léman et fait partie de la famille des salmonidés (une seule nageoire caudale comme les saumons).

Hôte des grands lacs alpins et jurassiens, aux eaux froides et profondes, la féra (appelée lavaret dans le lac du Bourget et ailleurs, Corégone, palée, bondelle...) est un poisson noble, au même titre que l'omble chevalier.

Ce salmonidé, de couleur blanc-gris, blanc-bleu, ressemble à un poisson blanc.



ZONES DE PÊCHE

- Lac Léman
- Lacs européens



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle**
- filet avec peau



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | **O** | N | D |



USAGES

La féra, à la chair si délicate, fait le bonheur des restaurateurs.

Entière, elle se cuisine au four, farcie.

En filet, elle se prépare meunière mais s'accompagne aussi d'une sauce cresson ou à la crème.

Le hareng

Quand le hareng sort, il se prête à toutes les préparations : cru, mariné, fumé, grillé...



Le hareng

CLUPEA HARENGUS

► Le hareng est un poisson semblable à la sardine (dos bleuté, flancs argentés), mais souvent plus grand et avec un opercule lisse. Il est doté de nombreuses et fines arêtes.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : des eaux islandaises (à l'ouest) à la mer de Barents jusqu'au golfe de Gascogne au sud
- Atlantique Nord-Ouest



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Senne
- Chalut pélagique
- Filet dérivant



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | **O** | N | D |

Le saviez vous ?

Les techniques de transformation jouent sur le goût et la texture mais aussi sur le nom du hareng.

Le hareng saur salé et fumé est un filet pelé. Le gendarme est un hareng saur entier très salé et fumé. Le bouffi est un hareng entier plein, peu salé et fumé. Peu salé aussi, le kipper est ouvert à plat avant d'être fumé.

Le buckling est fumé entier et à chaud. Le rollmops est un filet mariné avec peau. Aux Pays-Bas, le maatjes (jeune hareng cru mariné) est très apprécié.



USAGES

Sa chair est plutôt fine, assez grasse. De nombreuses recettes existent pour le cuisiner à « toutes les sauces ». Il peut convenir pour une entrée comme pour un plat principal.



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT



Le flet commun

PLATICHTHYS FLESUS

Le flet commun

Proche d'une limande ou d'un carrelet. On en fait tout un plat.

► Le flet commun est un poisson plat, de forme ovale. Son corps est asymétrique, arborant les 2 yeux du côté droit. Sa peau d'un vert brun est parsemée de petites taches noires, brunes et orangées. L'autre face est pâle, d'un blanc grisâtre. Il se distingue des autres poissons plats par une rangée de tubercules épineux et rugueux à la base de la dorsale et de l'anale, et dirigés vers l'arrière. Son corps est couvert de petites écailles lisses.



ZONES DE PÊCHE

- Mer du Nord
- Manche
- Atlantique
- Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne de fond
- Filet plat



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Il peut être cuisiné entier ou en filets. Il est particulièrement savoureux cuit au four.

Le flétan noir

C'est le plus gros poisson plat du monde ! Ce mastodonte n'en est pas moins savoureux.



Le flétan

REINHARDTIUS HIPPOGLOSSOIDES



USAGES

Sa chair dense et grasse apporte un moelleux très apprécié. Le flétan contient de la vitamine D et il est riche en oméga 3. Cette caractéristique le rend idéal pour le fumage. Il peut également se préparer simplement grillé, ou mariné.

► C'est le plus gros des poissons plats. Ses yeux sont tous deux situés sur le côté droit de sa tête. Il est donc aveugle du côté gauche. Cette face de son corps est blanche ou grise, tandis que l'autre est brune, parfois presque noire. Sa peau, lisse, est couverte d'écailles rondes. Il possède une queue fourchue.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord
- Pacifique Nord



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palandre
- Chalut de fond
- Ligne
- Filet



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
- Dos sans peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Dos
- Filet
- Pavé



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D





Le grondin perlon

Moins connu que le grondin rouge, il est tout aussi appétissant.

Le grondin perlon

TRIGLA LUCERNA

- Parmi les six grondins de nos côtes, le perlon se distingue par ses grandes pectorales colorées allant du bleu au vert électrique sur la face interne. Son dos plutôt gris prend parfois des teintes orangées ou rouges ocre doré, tandis que les flancs et le ventre sont clairs.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est, du sud de la Norvège aux eaux marocaines
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut
- Filet
- Palangre



CONDITIONNEMENT

Calibrage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Blanche et ferme, la chair du perlon est délicate mais méconnue des consommateurs. Préférez-lui une cuisson au court-bouillon afin de profiter de toutes ses saveurs. Idéal dans la bouillabaisse.

Le grondin rouge

Rougeau mais pas rouget. Idéal dans les plats de poisson, type soupe ou cotriade.



Le grondin rouge

ASPTRIGLA CUCULUS



USAGES

Très apprécié pour les préparations de soupe de poissons ou rillettes de la mer, il peut être poêlé, accommodé au four, ou encore entrer dans des préparations du type « cotriade ».

- Le grondin rouge est un poisson vivant préférentiellement sur des fonds de graviers ou de sables caillouteux, entre 20 et 200 mètres, dans des eaux à forte salinité. Son corps présente des plis en chevrons le long de sa ligne latérale. Sa tête présente un profil concave et possède de chaque côté de fortes épines latérales (dont il se sert pour fouiller le sédiment). Il mesure jusqu'à 50 cm.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est, du sud de la Norvège aux eaux marocaines
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Trémail



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le lieu noir

Comme le cabillaud,
avec le lieu jaune, ils ont bon dos.

Le lieu noir

POLLACHIUS VIRENS

- Le lieu noir est un poisson rond. Son dos est gris profond et son ventre gris clair. Sa ligne latérale est de coloration claire et droite, même au niveau des pectorales.



ZONES DE PÊCHE

- Islande
- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Ligne
- Senne



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Dos sans peau
 - Pavé sans peau
 - Pavé sans peau, sans arête
 - Pavé avec peau
 - Filet sans peau, sans arête
- Pour les pièces inférieures à 100 g :
20 pièces par barquette.
Pour les pièces supérieures à 100 g :
10 pièces par barquette.

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet avec peau, sans peau
- Filet sans peau, sans arête
- Darne
- Pavé
- Queue de filet



USAGES

Le lieu noir est «effeuillable» comme le cabillaud. Sa chair est marbrée et tendre.

En croûte d'épices ou même servi froid sur un buffet avec un tartare de légumes frais.

Le lieu noir est un des poissons les plus simples à préparer.



Le lieu jaune

Comme le cabillaud,
avec le lieu noir, ils ont bon dos.

Le lieu jaune

POLLACHIUS POLLACHIUS



USAGES

Avec sa chair fine et feuilletée, le lieu jaune est, selon les amateurs, l'un des meilleurs poissons des côtes Atlantiques Françaises. Proche du cabillaud, il a un goût plus délicat.

Vendu en filets ou en pavés, il aime les cuissons rapides agrémenté de citron et d'herbes aromatiques.



- Le lieu jaune est un poisson rond, de même forme que le cabillaud. Son dos est vert bronze à brun foncé et son ventre gris clair. Il possède des reflets dorés et des mandibules nettement proéminentes. Il ne possède pas de barbillon mentonnier. Sa ligne latérale est de coloration sombre sensiblement incurvée au niveau des pectorales.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne
- Chalut de fond
- Chalut pélagique
- Palangre
- Ligne à main
- Filet droit



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Pavé avec peau
- Dos avec peau, sans arête

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Darne
- Dos
- Filet avec peau
- Filet sans peau
- Filet sans peau, sans arête
- Pavé
- Queue de filet



La limande sole

LIMANDA LIMANDA

La limande sole

La bonne amie des petits budgets.
A cuisiner entière ou en filets.

► Poisson plat de 35 cm de long, la limande vit dans les eaux froides à moins de 100 m de profondeur. Elle a deux yeux d'un même côté et des écailles rugueuses. Le corps de la limande sole est marbré de brun, de jaune et de noir.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est principalement Manche
- Mer du Nord
- Mer Baltique



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut à perche
- Filet
- Senne danoise



CONDITIONNEMENT

Calibrage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entière
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

La limande se cuisine comme la sole ou le turbot, entière ou en filets. Panée avec toutes sortes de graines et de fruits secs, elle est très nutritive. Évitez les cuissons longues et lentes afin de ne pas la dessécher.



Le maigre

Il n'a de maigre que le nom.
Un gros poisson
à la chair savoureuse.



Le maigre

ARGYROSOMUS REGIUS

Le saviez vous ?

Le maigre est aussi appelé « grogneur » en raison des bruits qu'il produit lorsque ses muscles soniques grossissent lors de la période de la reproduction.



USAGES

Sa chair blanche, fine et savoureuse est très appréciée, se prêtant à de multiples préparations : froid en salade, en papillote au four.

► Le corps est fusiforme, légèrement aplati sur les flancs. Le profil de dos est nettement convexe, la ligne ventrale pratiquement rectiligne. La nageoire dorsale est argentée. La ligne latérale présente une bande noire pointillée qui va jusqu'au bout de la caudale. Les yeux sont petits, le museau arrondi ou pointu avec une grande bouche. Il possède des canines très visible.



ZONES DE PÊCHE

- Côtes Atlantique du Congo jusqu'en Norvège du Nord
- Mer Méditerranée
- Mer Noire



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne de traîne
- Palangre
- Senne
- Chalut pélagique



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
- Pavé avec peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Darne
- Filet
- Pavé



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Le maquereau

Cru, grillé, mariné, fumé,
il garde sa saveur affirmée.

Le maquereau SCOMBER SCOMBRUS

► Le maquereau possède un corps fusiforme caractérisé par son ventre de couleur blanchâtre et son dos aux zébrures bleu gris. Il possède deux nageoires dorsales avec des rayons épineux sur la première.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est, de l'Islande (au nord) jusqu'aux côtes africaines (au sud)
- Mer Méditerranée
- Mer Noire



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut pélagique
- Chalut de fond
- Palangre
- Filet
- Ligne



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
- Filet avec peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le saviez vous ?

Le maquereau est une des espèces marines les plus riches en acides gras oméga-3.



USAGES

Sa chair a un goût distinctif et prononcé.

Son taux de matière grasse varie sur la période été/automne.

Sa texture est ferme, en feuillets, avec d'importants muscles bruns latéraux et des muscles blancs centraux.

Il est le roi de la grillade en saison et de la rilette au moment des fêtes.



Le mullet

Mulet blanc - *Mugil canema*

Mulet cabot - *Mugil cephalus*

Mulet lippu - *Chelon labrosus*

Conciliant, il supporte toutes les cuissons.
Ses œufs sont aussi prisés.



Le mullet MUGIL CEPHALUS CHELON LABROSUS



USAGES

Il est apprécié pour sa chair ferme et blanche. Le mullet est souvent cuit entier agrémenté d'arômes !

Le saviez vous ?

C'est avec les œufs séchés et fumés du mullet que l'on fait la fameuse poutargue.

► Le corps est gris olive sur le dos, les flancs sont argentés et le ventre est blanc. Des rayures sont parfois présentes sur les flancs. Les lèvres sont fines. Les nageoires pectorales sont courtes ; elles n'atteignent pas l'œil lorsqu'elles sont retournées vers l'avant. Les yeux sont protégés par une paupière adipeuse.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut pélagique
- Senne de plage



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La lingue bleue

La saveur des profondeurs pour des longs filets à la chair délicate.

La lingue bleue

MOLVA DYPTERYGIA

► La lingue a une forme très effilée, se terminant sur une mâchoire proéminente. Elle est dotée d'un long barbillon mentonnier. La lingue bleue possède 2 nageoires dorsales ; celle située à l'arrière est beaucoup plus longue, s'étendant jusqu'à la queue. Elle possède également une longue nageoire anale occupant une bonne moitié de son ventre. Elle est aussi munie d'une paire de nageoires pectorales et d'une autre paire de nageoires ventrales. Son dos présente une couleur sombre, se démarquant de flancs plus clairs, jaunâtres, et d'un ventre blanc.



ZONES DE PÊCHE

- Ouest Méditerranée
- Atlantique Nord-Ouest (côtes du Canada)
- En France, la lingue bleue est principalement débarquée à Lorient et Boulogne-sur-Mer
- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangre (en zone profonde)
- Filet droit



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Filet
- Pavé



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | O | N | D



USAGES

La chair de la lingue est peu grasse et délicate. Très digeste, elle ne supporte pas bien les modes de cuisson longs ; préférez par exemple un court-bouillon.

La lingue franche/julienne

Ce poisson des profondeurs en demande peu pour être délicieux.



La lingue franche / julienne

MOLVA MOLVA



USAGES

D'un blanc cassé, la chair de la lingue franche est plutôt molle. Les modes de cuisson très longs ne lui conviennent pas. Pochée dans un court-bouillon aromatisé, servie avec un filet de jus de citron et des herbes fraîches, la lingue n'en demande pas plus pour être savoureuse.



► La lingue est de forme cylindrique très allongée avec une tête aplatie. Elle présente deux nageoires dorsales et une nageoire anale. Elle se caractérise par un barbillon mentonnier de taille supérieure au diamètre de l'œil. La mâchoire supérieure de la lingue franche est proéminente.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Palangre
- Filet droit



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | O | N | D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
- Pavé sans peau
- Pavé sans peau, sans arête
- Filet sans peau, sans arête
- Pour les pièces inférieures à 100 g = 20 pièces par barquette.*
- Pour les pièces supérieures à 100 g = 10 pièces par barquette.*
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Dos
- Filet
- Filet sans peau, sans arête
- Pavé



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT



N

OTRE PRODUCTEUR de POISSONS SAUVAGES

Hennequin : l'excellence de la marée



« HENNEQUIN, POISSON DE L'ILE D'YEU ET DE VENDÉE ». LE LOGO DE L'ENTREPRISE RÉSUME À LUI SEUL SON EXPERTISE.

L'histoire commence en 1960, quand Gaston Hennequin ouvre sa poissonnerie sur l'île d'Yeu. Depuis, ce sont trois générations qui se transmettent l'amour du poisson et travaillent ensemble à l'excellence de l'entreprise familiale. Le nom Hennequin est aujourd'hui l'emblème de trois poissonneries sur l'île, d'une conserverie et plus récemment d'une poissonnerie en ligne à destination des particuliers développée par les petits-enfants de Gaston. Dans ce réseau de compétences, c'est la société de mareyage qui fait figure de proue. Créée en 1990 par le fils Pascal, elle est devenue la 2^{ème} acheteuse de pêche côtière du Golfe de Gascogne. Sa spécialité : le poisson de petits bateaux. Des poissons nobles comme le bar de ligne, la lotte, le rouget ou le turbot. Les achats se font en direct des criées de la Côte Atlantique, en s'appuyant sur un réseau d'acheteurs qui vérifient systématiquement la qualité des arrivages. La livraison est assurée le lendemain de la commande.

Pascal Hennequin aime à souligner qu'il travaille pour des clients exigeants. Une façon de rappeler la spécificité de son métier et sa réactivité face aux commandes de Transgourmet Seafood. Sa capacité également à répondre aux attentes de la restauration, notamment de belles maisons parisiennes qui le tiennent pour un des meilleurs mareyeurs de France.





La lotte

Très laide, mais très bonne.
Oubliez sa vilaine tête et cuisinez sa queue, ses joues et même son foie.

La lotte

LOPHIUS PISCATORIUS

► Difficile de le cacher, la lotte de mer ou baudroie a perdu la tête sur les étals car elle est... monstrueuse. Son surnom est « crapaud » ou « diable des mers » et les pêcheurs l'ont longtemps rejetée à la mer ne soupçonnant pas qu'une telle disgrâce pouvait dissimuler une chair fine et délicieuse. Le corps de la lotte est assez plat, sa tête très large et épineuse. Sa bouche est très grande, armée de dents. Sa peau est sans écaille, de coloration brune. Son ventre est blanc. Les parties comestibles sont la queue, les joues et le foie.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Filet
- Chalut à perche



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Barquette sous atmosphère
- Tronçon sans peau
- Pavé sans peau

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entière
- Queue
- Queue PAC
- Filet
- Joue
- Pavé tronçon
- Foie



USAGES

La chair de la lotte est blanche, légèrement translucide. Elle est ferme, ce qui lui permet d'être cuisinée comme une viande. La recette la plus connue, la lotte à l'armoricaine.



Pourcentage de perte

35 à 40%
SELON SAISON



Le loup de mer

À défaut d'être beau, ce poisson que les pêcheurs canadiens surnomment mangeur de bottes est savoureux.



Le loup de mer

ANARHICHAS LUPUS



USAGES

Sa chair blanche reste ferme une fois cuite. En bouche, elle est délicate, avec des notes légèrement sucrées. En filet, une sauce viendra le sublimer. Mais, attention, ne le cuisez pas trop, il se déferait bien vite.

Le saviez vous ?

Très souvent confondu avec le bar, le loup de l'Atlantique n'en a pas la saveur. Les dénominations de vente admises sont : loup de l'Atlantique et loup de mer. La confusion vient de ce que le bar commun soit appelé « loup » en Méditerranée.

► Ce gros poisson possède un corps allongé avec de belles nageoires pectorales en éventail. Il présente des rayures verticales, sur les deux tiers du corps. Reconnaisable à ses dents proéminentes, le loup de l'Atlantique possède de nombreuses canines, au bout de la mandibule et sur le maxillaire. Le loup de mer, aussi appelé poisson chat en raison de la forme de sa tête, évolue dans les eaux de l'Atlantique Nord. Cet aspect un peu monstrueux lui vaut également le surnom de « mangeur de bottes ».



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Filet
- Pavé



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Ligne



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT

Le merlan

Poisson facile par excellence, il vous fait les yeux doux.

Le merlan

MERLANGIUS MERLANGUS

► Le merlan présente un corps allongé de couleur beige, très brillant. Ses flancs sont argentés, ses écailles petites et faiblement implantées. Il se distingue du lieu jaune par une tache noire située au-dessus de sa nageoire pectorale. Le merlan peut aussi être confondu avec le petit cabillaud et le tacaud qui ont des barbillons beaucoup plus développés sous le menton.



ZONES DE PÊCHE

- Mer Celtique
- Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut mixte
- Chalut de fond
- Ligne
- Filet
- Senne



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Filet sans peau
- Filet avec peau
- Filet avec peau sans arête

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Portefeuille
- Filet avec peau
- Filet sans peau
- Filet sans peau, sans arête
- Filet papillon
- Rogues



USAGES

Sa chair, maigre est très digeste, fine et très goûteuse. Il possède cependant de nombreuses petites arêtes. Entier, cuit avec sa peau, il reste moelleux. Il est souvent cuisiné au four. Les enfants l'apprécient, surtout en filets panés.

Le saviez vous ?

Le merlan est dit « frit en colère » quand il est cuit, la queue entre ses mâchoires. C'est une astuce pour l'adapter au diamètre de la poêle.



Le merlu / Le colin merlu

Deux noms
pour un même poisson
à la chair blanche et délicate.



Le merlu / Le colin merlu

MERLUCCIUS MERLUCCIUS



USAGES

Il est délicieux en version salée-sucrée avec un jus d'agrumes et une pointe de piment ou tout simplement poché à la vapeur.

► Le merlu est un poisson rond. Son corps est allongé de couleur gris clair caractéristique. Il possède une grande bouche se terminant à l'aplomb du centre de l'œil. Ses dents sont pointues et bien développées. Le merlu se distingue des autres gadidés par son absence de barbillon et la présence de deux nageoires dorsales. Le merlu est appelé aussi colin.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est / Sud-Est / Sud-Ouest



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut pélagique
- Filet
- Palangrier
- Ligne



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Pavé avec peau
- Dos avec peau
- Filet

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Darne
- Filet avec peau
- Pavé
- Queue de filet





Le mérou

Autant apprécié des pêcheurs que des gastronomes, pour sa chair maigre et savoureuse.

Le saviez vous ?

Si vous ne trouvez pas de mérou, pas de panique ! Le thioff appelé également mérou bronzé (*Epinephelus aeneus*) est une bonne alternative. Ce poisson pêché en Méditerranée et le long des côtes ouest africaines jusqu'à l'Angola présente une chair ferme et fine. Il est l'un des ingrédients principaux du plat national sénégalais : le thiéboudiène.

Le mérou

EPINEPHELUS MARGINATUS

► Un mérou peut mesurer jusqu'à 1m50 et peser 100 kg. Le corps ovale et massif de cet impressionnant poisson est recouvert de petites écailles. Sa couleur présente des tons bruns, plus ou moins foncés et ponctués de taches plus claires. Sa grosse tête est munie d'une bouche à la mâchoire inférieure proéminente et d'une lèvre supérieure épaisse. La nageoire dorsale court sur presque toute la longueur et se termine par des épines.



ZONES DE PÊCHE

Interdite sur le littoral Méditerranéen français

- Pêché en Atlantique Est (de la Bretagne à l'Afrique du sud) et jusqu'au Brésil
- Océan Indien Occidental
- Méditerranée



CONDITIONNEMENT

- **Barquette sous atmosphère**
 - Pavé sans peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Filet
 - Pavé



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Hameçon
- Plongée
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Le mérou se cuisine comme le thon. Toutefois, il sera plutôt taillé en filet et cuisiné au four avec des aromates, mais il est particulièrement savoureux grillé sur la braise.



La mostelle de roche

Elle gagne à être connue. Ce poisson de roche méditerranéen est très fin.



La mostelle de roche

PHYCIS PHYCIS



USAGES

La mostelle a une chair d'une finesse exceptionnelle, blanche et délicate. Préférez-lui une cuisson à l'unilatérale, une sauce légère voire un jus de crustacés.

► La mostelle est un poisson de roche de Méditerranée peu connu. Son corps est assez comprimé latéralement et allongé. La tête est profilée et porte un barbillon mentonnier. Les nageoires pelviennes sont composées d'un rayon tactile en forme de fourche. Ces nageoires modifiées servent d'appui au poisson, comme deux tréteaux. Le corps est gris brun sombre, cuivré et assez uniforme. Le ventre est plus clair. Les barbillons sont bruns et blancs, ils permettent souvent de repérer sa présence dans l'obscurité.



ZONES DE PÊCHE

- Mer Méditerranée
- Atlantique Nord-Est



CONDITIONNEMENT

- Portionnage au grammage souhaité
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet sans peau
 - Filet sans peau, sans arête
 - Pavé



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à soutenir bateau
- Pêche de roche du bord
- Ligne à main dans les trous
- Chalut



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La plie / carrelet

Prenez la plie : un poisson
à la belle saveur iodée.

La plie / carrelet

PLEURONECTES PLATESSA

► La plie (appelée également carrelet) est un poisson plat facile à identifier : son dos brun tirant sur le vert très foncé est constellé de taches circulaires orangées à rouges. Sa tête est orientée à droite de la ligne latérale.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Mer Méditerranée



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
 - Filet
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Filet
 - Filet saumuré



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Filet
- Trémail
- Chalut à perche
- Senne danoise



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair est maigre et fondante.
Son goût est marqué.
On la cuisine souvent entière comme la sole
ou grillée.





La perche du Nil

Saisissez-la :
c'est un des meilleurs poissons d'eau douce.

La perche du Nil

LATES NILOTICUS

► La perche du Nil est une espèce d'eau douce appréciée pour sa chair ferme et blanche. Sa production a fortement augmenté depuis les années 1980 et fait l'objet aujourd'hui d'une attention particulière pour préserver sa ressource. La perche du Nil a été introduite à la fin des années cinquante dans l'un des plus grands plans d'eau douce du monde, le lac Victoria (68 100 km²). La perche du Nil ressemble peu ou prou à la perche de nos étangs. Elle est de coloration brun vert sur le dos et gris argenté sur les flancs. Son ventre est légèrement coloré. La perche du Nil peut aussi porter le nom de perche du lac Victoria.



ZONES DE PÊCHE

- Lac Victoria (Afrique de l'Est)



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet
 - Pavé



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

La perche possède une chair légèrement rose et sucrée, épaisse, ferme et sans arête. Parmi les poissons d'eau douce, elle contient le plus fort taux d'oméga 3.



La perche européenne / perche de lac



La perche de lac ou commune

PERCA FLUVIATILIS



USAGES

La chair blanche de la perche commune est réputée excellente. On la déguste surtout en filets avec juste un peu de citron et/ou d'huile d'olive, au four ou à la poêle.

► Elle vit dans les eaux calmes des lacs ou ralenties des rivières d'Europe, appréciant les zones où elle peut se dissimuler (arbres ou branches immergés, rochers, etc...). Elle a le dos de couleur gris-vert, les flancs étant plus clairs avec des bandes sombres. On observe parfois des poissons dépourvus de ces rayures. Le ventre est blanc. Elle a deux nageoires dorsales séparées, les nageoires pelviennes et anales sont orangées à rougeâtre. Ce poisson peut atteindre une longueur de plus de 51 cm pour 4,750 kg.



ZONES DE PÊCHE

- Rivières d'Europe



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Ligne
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Les saumonettes

Les dents de la mer.
Et surtout la queue.

La petite roussette

SCYLIORHINUS CANICULA

La grande roussette

SCYLIORHINUS STELLARIS

► La roussette est de la famille des petits requins, même si elle ne mesure que 80 cm de long en moyenne et qu'elle vit en Méditerranée et en Atlantique. Une peau tachetée de roux, des pupilles allongées et des nageoires dorsales près de la queue font de la roussette un poisson spectaculaire.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Palangrier de surface



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité.

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entière pelée, éviscérée
- Tronçon



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair est ferme et ne contient aucune arête, seul un cartilage central est présent. Idéalement cuite au court-bouillon, la roussette apprécie une sauce relevée telle qu'un beurre blanc.

Le saviez vous ?

On l'appelle aussi chat de mer ou saumonette quand il s'agit de la petite roussette.



L'émisssole lisse

MUSTELUS MUSTELUS



USAGES

L'émisssole lisse n'a pas une saveur qui l'identifie nettement ; mais c'est justement pour cette raison que tout le monde l'apprécie, surtout ceux qui ne mangent pas de poisson. Il se prépare généralement en sauce.

► Espèce de requin de taille moyenne, une émisssole de l'Atlantique et de Méditerranée, a 5 paires de fentes branchiales, une nageoire caudale très hétérocerque, un dos gris brun et un ventre blanc.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Palangrier de surface



CONDITIONNEMENT

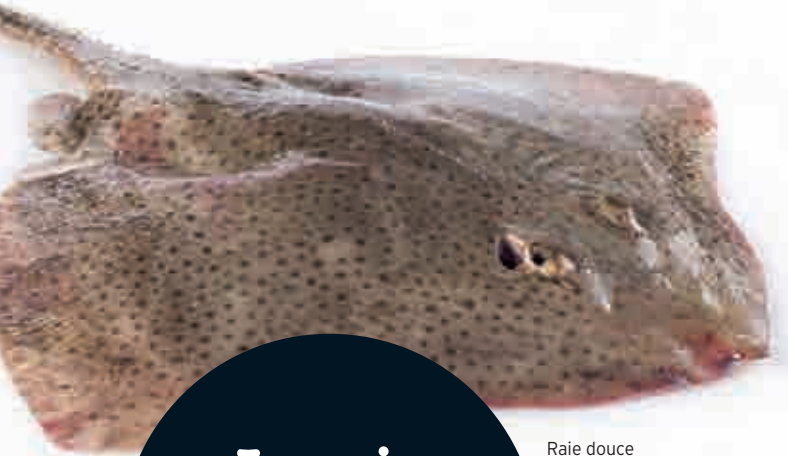
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- pelée



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D





La raie française

Raie douce

► La famille des rajidés comporte plus de 100 espèces dont une douzaine fréquente les eaux françaises. Mesurant jusqu'à 2 m selon l'espèce, la raie se trouve en eaux peu profondes dans les fonds sableux où elle s'enfouit à l'abri des filets. On réunit dans le groupe des « raies » tous les poissons cartilagineux dont les fentes branchiales s'ouvrent sur la face ventrale. Leur bouche est également située sur cette face alors que les yeux et les éventails sont sur la face dorsale. Les nageoires pectorales très développées et très soudées à son corps constituent les « ailes ». Il existe une trentaine d'espèces pas toutes comestibles. La raie bouclée a la chair la plus délicate. Une douzaine d'espèces de raies fréquentent les eaux européennes.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Mer Baltique
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut perche
- Palangre
- Filet droit



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Aile
- Tronçon
- Joue
- Filet
- Pelée



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

La raie

On s'arrête sur ses ailes sans arête.

Raie bouclée - *Raja clavata*

Raie lisse - *Raja brachyura*

Raie douce - *Raja montagui*

Raie mée - *Raja microocellata*

Raie fleurie - *Leucoraja naevus*

Raie chardon - *Leucoraja fullonica*

Raie circulaire - *Leucoraja circularis*



USAGES

Sa chair est fine, maigre et un peu ferme. Ce poisson est riche en calcium et en protéines.

La raie se mange aussi bien à chaud qu'à froid, avec des câpres ou en vinaigrette.

Le saviez vous ?

En 2009, le nouveau règlement de l'UE établissant les TAC et quotas a inclus de nouvelles mesures concernant les raies et les requins. Ainsi, les raies brunette et blanche, le pocheteau gris et l'ange de mer commun ne peuvent être conservés à bord et doivent être remis à l'eau rapidement.



La raie US

Raie radiée (ou épineuse) - *Amblyraja radiata*

Grande raie - *Dipturus laevis*

Raie tachetée - *Leucoraja ocellata*

Raie lisse américaine ou raie lissée - *Malacoraja senta*

Raie hérisson - *Leucoraja erinacea*

Raie blanc nez - *Raja eglanteria*

Raie rosette - *Leucoraja garmani*



USAGES

Une chair un peu plus grasse que sa cousine française. Elle se déguste plutôt poêlée.

Le saviez vous ?

Son odeur naturelle d'ammoniaque vous indispose ? Plongez-la 30 min dans de l'eau citronnée.



La raie US

► Sept espèces de raies vivent sur la côte Nord-Est des États-Unis. Les derniers éléments scientifiques attestent d'une augmentation de leur population en raison de la disparition de leur principal prédateur, les requins-marteaux qui sont menacés d'extinction.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Ouest



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut à perche
- Palangre
- Filet droit



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Aile
- Tronçon
- Filet
- Pelée



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité



ABSENT



PEU D'APPORT



APPORT NORMAL



APPORT ABONDANT



La rascasse du nord / dorade sébaste

Pas frileuse, elle vient du Nord et n'a rien à voir avec celle de Méditerranée.

La rascasse du nord

SEBASTES MENTELLA

- Autrefois, son nom officiel était « églefin norvégien ». Seules les appellations « dorade sébaste » ou « rascasse du Nord » sont autorisées. Poisson des eaux froides du nord de l'océan Atlantique, la dorade sébaste possède une longévité remarquable, avec une espérance de vie pouvant dépasser les 60 ans. La dorade sébaste a un menton proéminent et elle est de couleur rouge-orangé.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut pélagique
- Palangre
- Senne danoise
- Filet
- Ligne



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Barquette sous atmosphère
- Filet
- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière
- Filet avec peau
- Filet sans peau



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Pourcentage de perte

55 à 60%
SELON SAISON



USAGES

Agrémentée d'huile d'olive et de fleur de sel, sa chair maigre de couleur blanche développera des saveurs douces et subtiles.



La rascasse de Méditerranée / rascasse rouge / Le chapon

Qui s'y frotte s'y pique.
Un poisson de roche indispensable pour la bouillabaisse.



La rascasse de méditerranée

SCORPAENA SCROFA



USAGES

Les rascasses ont une chair fine, savoureuse et ferme. Elles comptent parmi les poissons incontournables qui composent la fameuse bouillabaisse, cette soupe de poissons accompagnée de sa rouille, de poissons entiers et de pommes de terre et qui fait la fierté des Marseillais.



Pourcentage de perte

55 à 60%
SELON SAISON

- C'est un poisson de roche osseux à la forme étonnante : des boursoflures et des épines recouvrent son corps et il est doté d'une énorme tête couverte de lambeaux de peau représentant 1/3 de sa taille. Les yeux sont gros, surmontés d'un tentacule et la bouche est large. Son corps trapu rouge orangé aux marbrures plus claires en fait une championne du camouflage. Les épines présentes sur sa nageoire dorsale et sa tête sont très venimeuses. La rascasse rouge mesure en moyenne 30 à 40 cm mais peut atteindre 50 cm.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : du sud des Îles Britanniques au Sénégal
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet de fond
- Trémail
- Filets maillants
- Ligne de fond



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Le rouget-barbet

Pas barbant, ce poisson rouge !

Le rouget-barbet

MULLUS BARBATUS

► Les rougets-barbets sont reconnaissables à la présence de deux longs barbillons sous leur menton qui les distinguent des grondins. Cette particularité lui vaut d'ailleurs le nom de « poisson chèvre ». Le rouget-barbet a le front busqué, sa couleur est rose orangée et la première nageoire dorsale est incolore.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Atlantique Est : du sud de la Norvège aux eaux marocaines
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Filet maillant
- Trémail
- Filet droit



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
 - Filet avec peau, sans arête
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Entier, gratté
 - Friture
 - Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair fine est ferme et blanche, mais les arêtes sont nombreuses. Appelé aussi « gibier ou bécasse des mers », ce poisson à la chair délicate se prépare à la plancha, grillé ou associé à des agrumes, du fenouil...



La sole tropicale



La sole tropicale / cynoglosse

CYNOGLOSSUS SPP



USAGES

Elle est souvent utilisée en filet pour l'élaboration en corolle farcie d'une mousseline.

► Les cynoglossidés sont des poissons plats qui regroupent une trentaine d'espèces différentes. À la différence des Soleidés, cette famille se distingue par la présence des yeux sur le côté gauche (la masse viscérale étant orientée vers soi). La plupart des cynoglosses présentent une caudale indistincte. En France, les appellations commerciales autorisées sont soles tropicales et sole-langue. On les trouve uniquement en France sous forme de filets.



ZONES DE PÊCHE

- Centre Atlantique jusqu'à l'Angola
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Filet



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

La sole

O sole mi o. Un classique dont on ne se lasse pas.

La sole

SOLEA SOLEA

► La sole fait partie de la famille des poissons plats. Elle vit sur les fonds vaseux ou sableux. Elle est appelée « sole franche » ou « sole de Douvres » du nom du port anglais où elle était autrefois débarquée. La sole commune a un corps ovale, autour duquel les nageoires dorsales et anales forment une frange. Elle est de couleur gris vert et ses yeux sont du même côté. La sole reste le poisson préféré des gourmets et des enfants, grâce notamment à la rareté de ses arêtes.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut à perche
- Filet droit



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
 - Filet sans peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entière
 - Entière PAC
 - Filet
 - Portefeuille



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le saviez vous ?

En pro du camouflage, sa couleur de peau varie selon son environnement.



USAGES

Ce poisson à la chair fine permet de réaliser la fameuse sole meunière : enrobée de farine et poêlée dans un beurre noisette, elle se sert juste nappée d'un beurre meunière voire grillée.





Les saumons

Cru, cuit, fumé, avec lui c'est la vie en rose.

Le saumon keta du Pacifique

ONCORHYNCHUS KETA

► On distingue trois catégories de keta en fonction de leur coloration : « silver bright », « semi-bright » et « dark ». Les « silver bright » ont une teinte bleu-vert métallisée avec des flancs argentés. Des rayures verticales peuvent être présentes mais elles sont pâles. Avec la maturité sexuelle, elles sont de plus en plus marquées et le poisson s'assombrit. Ainsi, la ligne de démarcation entre le dos foncé et le ventre blanc est déjà beaucoup moins nette pour le « semi-bright ». Le « dark » a des rayures rouge foncé qui peuvent s'étendre jusque sur le ventre et son museau est fortement courbé. La femelle a une simple bande horizontale allant de l'opercule à la queue.



ZONES DE PÊCHE

- Pacifique Nord



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet maillant
- Filet coulissant



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier



SAISONNALITÉ

J | F | M | **A** | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | **O** | N | D



USAGES

Il se déguste cuit au four agrémenté d'une sauce à base de tomates fraîches.



Le saumon rose du Pacifique

ONCORHYNCHUS GORBUSCHA

► De 60 à 65 cm, le saumon rose est le plus petit mais le plus abondant des saumons sauvages d'Alaska. Il présente sur son dos et sa queue de larges taches sombres. Sa forme arrondie le distingue des autres saumons du Pacifique. Il doit son nom à la couleur de sa chair plus claire et plus rosée. Ses écailles sont très petites. Un peu avant la période de ponte, la couleur de sa peau passe d'argentée à brun noirâtre pour les mâles et à vert olive pour les femelles. Les mâles, à maturité avancée arborent une bosse prononcée sur le dos.



ZONES DE PÊCHE

- Pacifique Nord



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet maillant
- Filet coulissant
- Senne
- Ligne



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | **J** | **J** | **A** | **S** | O | N | D



USAGES

Juste poêlé, accompagné de légumes croquants et d'un jus de viande.



Le saumon rouge du Pacifique

ONCORHYNCHUS NERKA

► Le saumon sauvage rouge du Pacifique nord appelé « poisson des poissons » par les pêcheurs doit son nom à la couleur très rouge et naturelle de sa chair due à son alimentation. D'un vert bleu sur le dos d'où l'appellation « dos bleu », sa peau est argentée sur les côtés et elle se transforme au fur et à mesure de sa vie. Au stade de maturité sexuelle minimale (bright), la couleur est vert bleu du sommet de la tête au dos, les flancs sont argentés et le ventre blanc. Plus mature (semi-bright), lorsqu'il entre dans les eaux douces pour pondre, le dos devient noir et le ventre peut s'assombrir. En période de reproduction (dark), les mâles développent une bosse prononcée sur leur dos qui devient rouge vif. Le rouge et le vert de la tête se rejoignent très distinctement au niveau des branchies.



ZONES DE PÊCHE

- Pacifique Nord



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet maillant
- Senne
- Pêche à la traîne



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | **M** | **J** | **J** | **A** | **S** | O | N | D



USAGES

Sa chair marquée est idéale pour la réalisation des sushis.

Le saint-pierre

Avec sa chair exceptionnelle,
il ouvre les portes du Paradis.



Le saint-pierre

ZEUS FABER

► Mesurant moins de 50 cm, ce drôle de poisson arbore une tache noire sur chaque face de son corps compact (l'empreinte du pouce de l'apôtre Saint-Pierre selon la légende), des yeux hauts placés, une bouche lippue et protractile (pour attraper ses proies) et des nageoires épineuses qui semblent ébouriffées.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : de la Norvège à l'Afrique du Sud
- Mer Méditerranée et mer Noire
- Océan Indien
- Pacifique Ouest : du Japon à la Nouvelle Zélande



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Chalut pélagique
- Filet droit
- Senne (bolinche et lamparo)



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
 - Filet avec peau
 - Filet sans peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Filet avec peau
 - Filet sans peau



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le saviez vous ?

On l'appelle aussi poule de mer ou dorée à cause de la couleur de ses écailles.



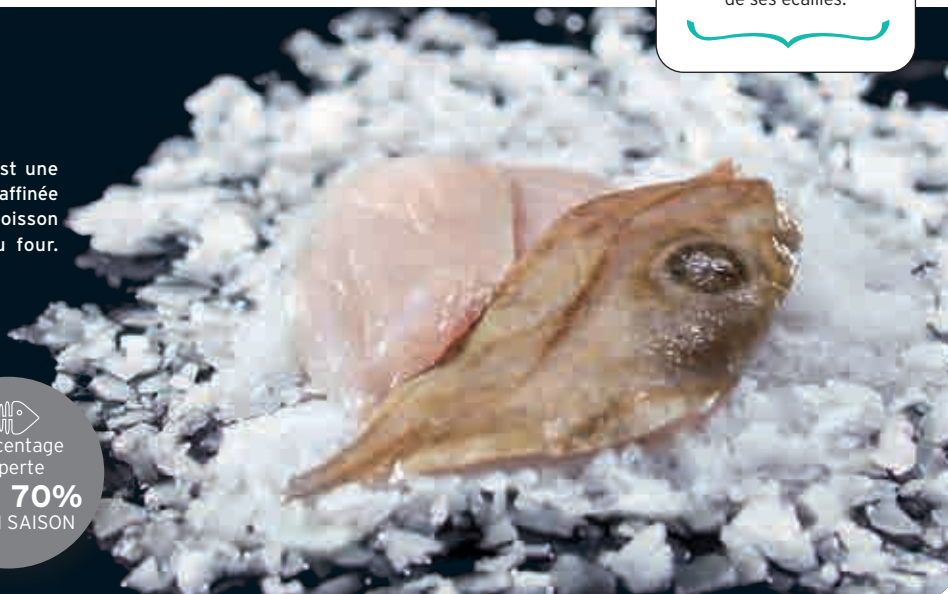
USAGES

Tout comme le turbot, le saint-pierre est une espèce noble à la chair particulièrement raffinée et délicate. Il est conseillé de cuire ce poisson avec sa peau. Entier, il se cuisine au four. En filets, il est excellent en papillote.



Pourcentage de perte

60 à 70%
SELON SAISON



La sardine

Sortez-la de sa boîte.
Grillée, marinée
ou en escabèche.

La sardine

SARDINA PILCHARDUS

► La sardine est un petit poisson au dos bleu avec parfois des reflets argentés. Sa mâchoire est légèrement saillante et son opercule présente des stries bien marquées. Ses grandes écailles tombent facilement. Vivant en bancs, la sardine se trouve dans les mers tempérées : Atlantique, Méditerranée, Pacifique. Différentes espèces existent. Les 2 commercialisées en France sont :

Sardine de Méditerranée (*Sardina pilchardus sardina*). La plus petite et la moins grasse. Sa taille est de 12 à 15 cm pour les petites dites d'Italie.

Sardine de l'Atlantique (*Sardina pilchardus pilchardus*) aussi appelée Sardine de Bretagne ou pilchard (quand elles sont en boîte).

Le saviez vous ?

La sardine tient son joli nom de la Sardaigne, puisque les Grecs avaient remarqué qu'elle abondait sur les côtes de la belle île méditerranéenne.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : principalement les côtes bretonnes
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Senne (bolinche ou lamparo)
- Chalut pélagique
- Chalut classique
- Filet droit



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entière
- Filet avec peau 40/60 g



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair est fine, typée, fragile et un peu grasse. Elle se cuisine selon sa grosseur : les petites ou moyennes sont grillées entières et les grosses sont préparées en filets ou farcies de légumes et d'herbes. Présentée en filet double, dit filet papillon permettant de retirer «le gros des arêtes» et de lui donner une forme plate, cette sardine est idéale pour des préparations en marinades, grillades ou montage pour tarte fine.





Le tacaud

Ne passez pas à côté du tacaud.
Il en a sous la nageoire.

Le tacaud

TRISOPTERUS LUSCUS

► Sa mâchoire supérieure proéminente, son barbillon bien développé sous le menton et la forme élevée de son corps, le distinguent du tacaud norvégien, du merlan juvénile et du capelan de Méditerranée.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est du sud de la Norvège au Maroc



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Trémail
- Ligne à main



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Filet sans peau



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair, fine et délicate, demande des apprêts simples. Pourquoi pas une papillote ou braisé au four avec des oignons et des tomates.



Le turbot

Avec lui, on passe à la vitesse supérieure.



Le turbot

PSETTA MAXIMA
SCOPHTHALMUS MAXIMUS



USAGES

Sa chair maigre est ferme et blanche. Elle est appréciée depuis l'Antiquité pour sa finesse et son goût. De belle taille, il doit être découpé avant d'être grillé, sauf s'il s'agit d'un turbotin (moins de 2 kg).



► Le turbot est un poisson plat en forme de losange. Ses deux yeux sont sur un seul côté, la peau est brunâtre et parfois pigmentée. Sa face aveugle est blanche. Ce poisson sans écaille, est pourvu de petits tubercules osseux (« clous »), rugueux au toucher. On confond parfois barbue et turbot, mais si la chair de la première est fine, celle du second est un véritable délice !



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est, de la Norvège au Maroc
- Mer Méditerranée
- Mer Noire



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Filet
- Palangre



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entier
- Tronçon
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Le thon albacore

THUNNUS ALBACARES

- L'albacore en français également appelé thon jaune, yellowfin ou thon à nageoires jaunes, se remarque à ses longues nageoires. La deuxième dorsale et la ventrale sont très allongées chez l'adulte. La longue bande jaune et lumineuse qui s'étire de la tête à la queue est caractéristique de ce thon tropical dont le dos est bleu acier et le ventre argenté.



ZONES DE PÊCHE

- Océan Indien
- Océan Pacifique
- Océan Atlantique



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Bloc
 - Filet
 - Pavé
 - Ventrèche
 - Préparation longue de thon décongelée
- **Sous-vide**
 - Bloc
 - Filet Grade A



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangre (océan Indien et Pacifique)
- Senne (océan Indien et Pacifique).
- Filet maillant
- Ligne
- Chalut pélagique



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Ferme et au goût parfumé, la chair est rosée chez les petits poissons, mais elle est plus rouge chez les gros individus. D'où la confusion possible avec le thon rouge (*Thunnus thynnus*), beaucoup plus rare et cher.



Le thon germon

THUNNUS ALALUNGA



USAGES

Poisson fin et délicat, mais sa chair est ferme et serrée. Il est souvent utilisé en marinade ou en tartare avec des légumes confits.

- Poisson pélagique océanique, le thon germon ou thon blanc a une forme d'obus. Son dos est bleu sombre et son ventre argenté. Ses nageoires pectorales sont très longues dépassant nettement l'origine de la seconde dorsale.



ZONES DE PÊCHE

- Océan Pacifique Sud
- Océan Atlantique Nord
- Océan Atlantique
- Mer Méditerranée



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut pélagique
- Senne
- Palangre
- Canne
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Les thons

Blanc, rouge, germon, changez de thon.



Thon rouge

Le thon rouge

THUNNUS THYNNUS



USAGES

Le thon rouge peut être dégusté cru, en sushi, en sashimi, en carpaccio ou en tartare. Il apprécie aussi la cuisson (mi-cuit).

► Avec sa forme fuselée d'obus bleu-noir sur le dos, argenté sur le flanc et le ventre, le thon rouge migre sur de grandes distances en Méditerranée, en Atlantique et dans le Pacifique. Il se distingue des autres thons par sa taille et des nageoires pectorales courtes. Il est également appelé bluefin.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangre
- Senne
- Canne
- Chalut pélagique



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier
- Bloc
- Ventrèche
- Filet sashimi décongelé



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D

Le thon obèse

THUNNUS OBESUS

► Il mesure entre 60 et 250 cm de longueur. Les nageoires pectorales, très longues, remontent aussi loin que la seconde nageoire dorsale. Il y a 13 ou 14 épines dorsales. Son corps est d'un bleu métallique foncé sur le dos avec un ventre gris-blanc et des bandes bleu irisé longeant chaque flanc. Les nageoires dorsale et anale sont jaunes.



ZONES DE PÊCHE

- Océan Indien
- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangre
- Senne



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entier
- Filet



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



USAGES

Le thon est plus une « viande » qu'un poisson de par sa texture. Il est cuit au four à basse température !



La vive

En Méditerranée, un mets de choix vivement conseillé.

La vive TRACHINUS SPP

► Petit poisson osseux au corps allongé et comprimé latéralement mesurant de 5 à 20 cm suivant les espèces.

Hôte des fonds sableux de 5 à 30 m de profondeur, les vives sont dotées d'épines venimeuses réparties sur tout leur corps (sur les opercules, sur la première dorsale, sur les nageoires pelviennes et anales). Leurs piqûres sont très douloureuses.

Elle figure en bonne place sur la liste des espèces indispensables pour réaliser une véritable bouillabaisse.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est
- Méditerranée
- Mer Noire



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangrotte
- Ligne



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

La vive est l'un des poissons utilisés pour la bouillabaisse, sa chair est très fine. Il est conseillé aux cuisiniers de la manipuler avec des gants très épais.



La vieille

Le mieux de la vieille : au grill ou au four



La vieille commune LABRUS BERGYLTA

La vieille coquette LABRUS MIXTUS



USAGES

À cuisiner entière au four, avec des oignons, des lardons et un peu de vin blanc.



► La vieille est dotée d'un corps trapu avec de grandes écailles dont les bords vont du rouge-jaune au marron. La couleur de la vieille est très variable du marron foncé marbré de beige clair au rouge orangé parsemé de taches blanches, bleues ou noires. Elle se caractérise aussi par sa longue nageoire dorsale. Il existe deux catégories de vieille: la vieille commune et la vieille coquette. La vieille commune se trouve essentiellement en Atlantique du Nord et en Méditerranée occidentale. La vieille coquette est le plus souvent orangée avec quelques petites nageoires blanches et noires-bleues sur le dos, on la retrouve sur les côtes bretonnes. Sa chair est recherchée pour sa qualité.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord et Méditerranée occidentale pour la vieille commune
- Côtes bretonnes pour la vieille coquette



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Palangrotte
- Chalut de fond



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Niveau d'abondance selon la saisonnalité

☐ ABSENT ☐ PEU D'APPORT ☐ APPORT NORMAL ☐ APPORT ABONDANT

Poissons d'élevage

La France est le 2^{ème} pays consommateur
de produits aquatiques d'élevage au sein
de l'UE (1/3 du total consommé)

12% **du total**
des poissons
consommés



L'aquaculture

L'AQUACULTURE CONSISTE À ÉLEVER DES ANIMAUX AQUATIQUES (POISSONS, COQUILLAGES ET CRUSTACÉS) ET À CULTIVER DES ALGUES DANS DES ZONES SPÉCIALEMENT AMÉNAGÉES. L'AQUACULTURE EST UN COMPLÉMENT À LA PÊCHE.

Au niveau mondial, la consommation actuelle des produits de pêche et d'aquaculture s'élève à près de **18,8 kg par habitant et par an** (données FAO 2011). D'ici 2050, la population mondiale est estimée à 9 milliards d'individus, si l'on veut maintenir le même apport en protéines d'origine aquatique que celui d'aujourd'hui, il faudrait :

- **Maintenir le niveau des captures de pêche actuel (90 millions de tonnes)**, sous réserve que les mesures mises en œuvre évitent l'effondrement des stocks naturels. Selon la FAO (2011), 90% des stocks marins sont soit surexploités (29%), soit exploités au niveau du Rendement Maximum Durable (61%) ;
- **Doubler la production aquacole.**

L'aquaculture est donc amenée à jouer dans le futur un rôle de plus en plus important. C'est aujourd'hui le secteur de production alimentaire dont la croissance est la plus rapide. 49% de toutes les espèces aquatiques commercialisées pour la consommation humaine mondiale sont issus de l'aquaculture. D'ici 2030, ce chiffre devrait atteindre 62% d'après les perspectives d'évolution de la FAO.



La conchyliculture

Moules, huîtres et autres coquillages sont cultivés selon des méthodes d'élevage extensif (à plat, surélevé, suspendu) adaptées aux différents types de milieux (lagune, estran, eau profonde) rencontrés le long du littoral.

- Les coquillages se nourrissent du plancton présent dans le milieu naturel. Ils n'ont pas besoin d'apports complémentaires d'aliments.
- Les moules sont le plus souvent élevées sur des cordes suspendues, sur des filières ou enroulées, sur des pieux appelés **bouchots**.
- Les huîtres sont élevées dans des poches en mailles posées sur des tables le long des côtes. En Méditerranée, mer sans marée, elles sont exclusivement élevées sur des cordes en suspension.

Les jeunes moules et huîtres (appelées naissains) peuvent également être placées sur le fond marin, où on les laisse grandir. Elles sont ensuite récoltées à l'aide de dragues. Les naissains d'huîtres proviennent de plus en plus de production menée en éclosérie.

En France, pour les moules, le captage des naissains se fait la plupart du temps sur cordes. Pour les huîtres, on utilise des collecteurs sur table (tuile romaine, tubes, lamelles, pieux d'ardoise, coquilles...)



Élevage de crustacés

Cet élevage se pratique dans des étangs ou dans des bassins d'eau salée ou saumâtre, en milieu marin et côtier. Les jeunes alevins nés en éclosérie ou issus du milieu sauvage y grandissent.

L'élevage de crevettes se pratique principalement en zones tropicales et subtropicales, en bassin à terre ouvert.



La pisciculture en bassin à terre

EN EAU DE MER :

bar, daurade, maigre, turbot...

EN EAU DOUCE :

anguille (grossissement), truite, esturgeon, tilapia, pangasius, saumon juvénile...

Les poissons grandissent dans des bassins d'élevage (remplis d'eau douce ou d'eau de mer selon l'espèce). Certains élevages sont équipés d'un système à écoulement dans lequel l'eau n'est utilisée qu'une seule fois (système ouvert) alors que d'autres disposent d'un système qui recycle l'eau : l'eau est filtrée, purifiée et réoxygénée en continu (circuit fermé ou système recirculé, selon la quantité d'eau neuve ajoutée dans le système).

La pisciculture en milieu naturel

EN EAU DE MER :

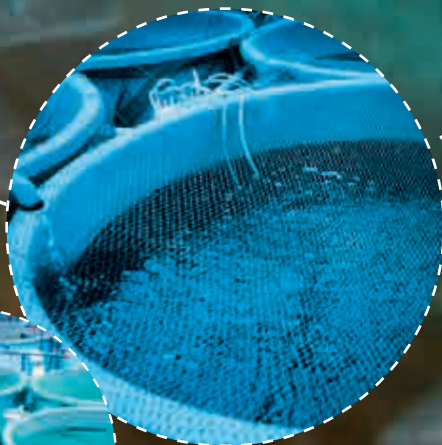
saumon, truite, cabillaud, flétan, bar, daurade, maigre...

L'élevage se pratique dans des cages flottantes ancrées sur le fond marin dont les parois sont constituées de filets ; le poisson est élevé dans le milieu naturel. Les élevages sont généralement situés dans des zones à l'abri des vagues et des intempéries, mais où la combinaison profondeur et courant permet d'assurer une bonne oxygénation et de réduire l'impact environnemental.

EN EAU DOUCE :

carpe, brochet, omble chevalier, truite...

Les espèces sont élevées soit en étang, soit en cage (les cages sont fixées au fond d'un fleuve ou d'un lac ou attachées à la rive).



L'anguille

Ne la laissez pas filer.
A redécouvrir fumée.

L'anguille

ANGUILLA ANGUILLA

► L'anguille est un poisson de forme allongée, au corps cylindrique dans sa partie antérieure et aplati latéralement dans sa région caudale. Sa silhouette rappelle celle du serpent, d'où son nom (du latin anguis, le serpent). Son corps est recouvert de petites écailles et d'un abondant mucus qui la rendent difficile à saisir.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Pays-Bas
- Danemark
- Suède



CONDITIONNEMENT

Calibrage au grammage souhaité

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entière
- Civelée



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Grossissement en bassin à terre ou en étang



USAGES

La façon la plus courante de préparer de l'anguille fraîche est en matelote, c'est-à-dire cuite dans du vin.



Le bar

Bar pour les uns, loup pour les autres, ce poisson réputé se distingue par une chair ferme au goût délicat.



Le bar

DICENTRARCHUS LABRAX



USAGES

Sa chair blanche est maigre, au goût subtil, sans arête et savoureuse. Elle reste ferme après cuisson.

Cuit entier en papillote, grillé au four, en croûte de sel, il est inutile de l'écailler. En filets, on le cuit à la poêle et on le finit au four.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France
- Grèce
- Turquie
- Espagne
- Italie
- Croatie



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Cage en mer
- Bassin à terre



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Entier
- Entier vidé avec peau écaillée
- Filet avec peau
- Filet avec peau sans arête
- Filet sans peau, sans arête, disponible en V-cut
- Pavé

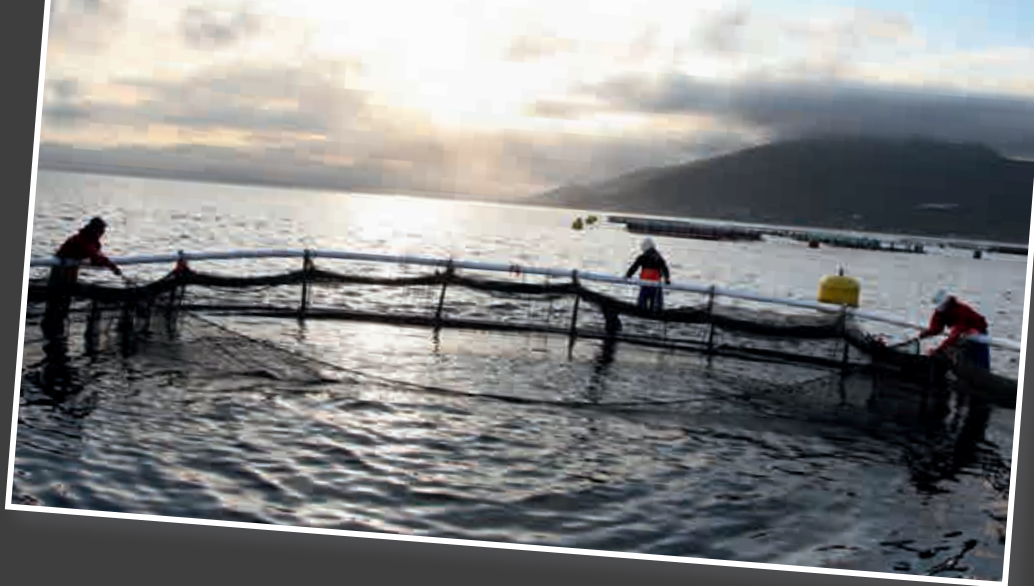
Pour les pièces inférieures à 100 g : 20 pièces par barquette
Pour les pièces supérieures à 100 g : 10 pièces par barquette

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Entier gratté, vidé
- Portefeuille
- Filet
- Filet sans peau, sans arête



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.



N

OTRE PRODUCTEUR

de POISSONS

d'ÉLEVAGE



Gloria Maris : l'aquaculture exemplaire

EN 2020, UN POISSON SUR DEUX SERA ISSU DE L'ÉLEVAGE.

D'où la nécessité de s'intéresser de près à cette source d'approvisionnement. Gloria Maris est aujourd'hui une référence. En vingt-sept ans, le groupe a su s'imposer par l'exceptionnelle qualité de ses élevages. Initialement basé en Corse, Gloria Maris s'est développé sur sept sites, dont un en Sardaigne.

Elle maîtrise notamment quatre espèces marines : le bar et la daurade royale, dont une partie de la production bénéficie du Label Bio, ainsi que le turbot et le maigre, certifiés Label Rouge. Les produits du groupe Gloria Maris ont reçu d'autres certifications des plus exigeantes telles que Friend of the Sea, Charte Qualité - Aquaculture de nos Régions, Origine France, Collège Culinaire de France. Ses sites d'alevinages sont également parmi les plus performants d'Europe.

Ses modes de production sont parmi les plus stricts de la filière : de très faibles densités de poissons dans les bassins, une alimentation 100% naturelle et durable, des cycles d'élevage proches du cycle naturel des poissons (2 à 4 ans) et une totale traçabilité. Gloria Maris assure également aux clients de Transgourmet Seafood une fraîcheur extrême avec des poissons livrés en moins de 72h.

Les conditions d'élevage optimales des poissons Gloria Maris leur confèrent des qualités organoleptiques reconnues par les chefs : chair ferme, poisson peu gras, riche en protéines et en Oméga 3, fraîcheur parfaite, tenue de cuisson idéale, goût savoureux. « Le monde de la gastronomie est en train de reconsidérer très favorablement les poissons d'élevage », confirme Philippe Riera, Dirigeant de Gloria Maris, pas peu fier de compter l'Elysée parmi ses clients fidèles.





Le brochet

ESOX LUCIUS

Le brochet

Avec lui une brochette de classiques : court-bouillon, beurre blanc et la célèbre quenelle.

► Le mot brochet est issu du français broche car le museau pointu et le corps allongé de cet animal rappellent la forme de l'ustensile de cuisine. Le brochet est un poisson fusiforme dont les flancs de couleur verdâtre ou jaunâtre vers le dos deviennent blancs vers le ventre. Les nageoires sont de couleur rouge-orange et portent des rayures noires.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**

- Entier
- Filet



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Pisciculture

Le saviez vous ?

Une astuce : pour faire disparaître son goût de vase, mettre le poisson à tremper pendant quelques heures dans de l'eau très fraîche ou légèrement vinaigrée.



USAGES

La chair du brochet est très fine quoique parsemée de petites arrêtes. Le brochet se cuisine le plus souvent poché accompagné d'un beurre blanc.



Le cabillaud

On l'appelle aussi morue et c'est l'un des poissons les plus appréciés car il se prête à toutes les cuissons et à toutes les sauces.



Le cabillaud

GADUS MORHUA



USAGES

Sa chair est dense, s'effeuillant en larges chevrons. Le cabillaud possède peu de grosses arrêtes.

Le cabillaud aime les accords corsés avec du chorizo, de l'aïoli, du citron vert. En filets ou en darnes, il est tout indiqué pour les brochettes et les papillotes. Préférez les cuissons à basse température pour garder le moelleux de sa chair fine.



Pourcentage de perte
ENVIRON
40 à 45%
SELON SAISON



ZONES D'ÉLEVAGE

- Norvège
- Islande



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**

- Queue
- Joue
- Chutes



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Cage flottante en mer





La carpe

CYPRINUS CARPIO

La carpe

Carpe diem
avec ce poisson
qui supporte
toutes les cuissons.

► La carpe commune (Cyprinus carpio) est originaire d'Asie et d'Europe orientale. Bien qu'il soit attesté que les Romains consommaient et stockaient déjà des carpes, ce n'est qu'au Moyen Âge que l'élevage de carpes dans des plans d'eau a débuté en Europe. La carpe était souvent associée aux monastères, le poisson plutôt que la viande étant consommé lors des jours maigres. La forme originelle de la carpe est la « carpe écaillée », caractérisée par de grandes écailles espacées de façon régulière. La tête est conique et massive. La bouche est protractile (qui s'allonge vers l'avant) et entourée de lèvres épaisses ; elle est munie de 4 barbillons (filaments mous tactiles/sensitifs) dont la paire inférieure est plus longue, tous situés au niveau de la mâchoire supérieure. La bouche est dépourvue de dents visibles. Elle possède des nageoires plutôt épaisses, opaques, souvent légèrement colorées de rouge-orangé et bien développées. La nageoire dorsale est longue, munie d'un rayon osseux et « barbelé » et de rayons plus longs à l'avant. Sa couleur dominante est brunâtre, à reflets dorés ou verdâtres.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Europe centrale



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Etang
- Bassin



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Entière



USAGES

La carpe supporte tous les modes de cuisson. À essayer, la cuisson à la lorraine, avec du vin rouge. La carpe peut se cuisiner entière ou en filet. Les œufs sont également comestibles. On retrouve parfois la carpe fumée.



La dorade royale

Beaucoup d'élégance et de délicatesse
pour cette princesse à la chair fine.



La dorade royale

SPARUS AURATA



USAGES

Sa chair fine et tendre particulièrement subtile doit être cuite avec précaution pour en préserver toute la qualité. Utilisez donc le four à moins de 100°C ou dans un bouillon de jus de coques aromatisé.

► La dorade royale est considérée comme la « vraie dorade », un titre auquel n'ont pas droit les espèces roses ou grises, moins réputées. Son nom accepte deux orthographes : « daurade » ou « dorade ». La dorade royale a une chair plus fine. Elle se caractérise par un reflet doré entre les deux yeux, sans doute à l'origine de son nom. Et de son surnom de « belle aux sourcils d'or ».



ZONES D'ÉLEVAGE

- Grèce
- France
- Italie
- Espagne
- Turquie



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Cage en mer



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- Barquette sous atmosphère
 - Entière
 - Entière vidée grattée
 - Papillon
 - Filet avec peau
 - Filet avec peau, sans arête, existe en V-cut
 - Filet sans peau, sans arête
- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
 - Entière
 - Entière grattée, vidée
 - Papillon
 - Portefeuille
 - Filet
 - Filet sans peau
 - Filet sans peau, sans arête
- Sous-vide
 - Filet avec peau, sans arête, V-cut

Le saviez-vous ?

La dorade royale a la particularité d'être hermaphrodite protandre, c'est-à-dire qu'elle naît mâle avant de devenir femelle aux alentours de la troisième année. Elle mesure déjà une vingtaine de centimètres deux ans seulement après l'éclosion.





L'esturgeon commun ou européen

ACIPENSER STURIO

L'esturgeon commun ou européen

Une chair aussi précieuse que ses œufs.



USAGES

Avec une chair ferme, sa cuisson est identique à celle du thon ou de l'espadon. Généralement on le poêle jusqu'à ce qu'il soit bien doré et croustillant, soit environ 5 minutes à feu moyen, avant d'être servi avec une sauce de votre choix.



► Ce poisson longiligne a un museau doté de barbillons sensitifs, se terminant par une longue pointe. Les nageoires dorsales sont situées très en arrière du corps, qui comporte cinq rangées longitudinales de grosses plaques osseuses. Le ventre est jaunâtre et le dos gris cendré à gris brun. Les esturgeons renvoient depuis le XIX^e siècle à une image de grand luxe, notamment à cause du caviar qu'ils produisent. Outre ses œufs, l'esturgeon fournit une chair prisée qui accompagne traditionnellement le caviar.



ZONES DE PÊCHE

- Russie
- Union Européenne



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin
- Etang
- Cage



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
- Pavé sans peau
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Filet

La féra

Star des grands lacs alpins, il joue les vedettes sur les menus de chefs.



La féra

COREGONUS LAVARETUS
COREGONUS FERA



USAGES

La féra, à la chair si délicate, fait le bonheur des restaurateurs. Entière, elle se cuisine au four, farcie. En filet, elle se prépare meunière mais s'accompagne aussi d'une sauce cresson ou à la crème.



► On l'appelle également Corégone. La féra fait partie de la famille des salmonidés (une seule nageoire caudale comme les saumons). C'est un poisson noble, au même titre que l'omble chevalier. Ce salmonidé, de couleur blanc-gris, blanc-bleu, ressemble à un poisson blanc.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassins
- Cages immergées comme au lac Léman



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Filet



Le maigre

Ce "grogneur" vous séduira par sa saveur.

Le maigre

ARGYROSONUS REGIUS

- Le Maigre a un corps fusiforme, légèrement aplati sur les flancs. Le profil de dos est nettement convexe, la ligne ventrale pratiquement rectiligne. La nageoire dorsale est argentée. La ligne latérale présente une bande noire pointillée qui va jusqu'au bout de la caudale. Les yeux sont petits, le museau arrondi ou pointu avec une grande bouche. Il possède des canines très visible.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France
- Espagne
- Turquie
- Grèce



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Cage en mer
- Bassin à terre



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet
- Pavé



USAGES

Sa chair blanche, fine et savoureuse est très appréciée, se prêtant à de multiples préparations : froid en salade ou en papillote au four.



L'omble chevalier

Élégance et finesse pour ce prince des rivières.



L'omble chevalier

SALVELINUS ALPINUS



USAGES

Ce poisson maigre, très noble, sera cuisiné de façon simple afin de garder toute la saveur naturelle de sa chair.

- Proche de la truite, son corps fusiforme est recouvert de nombreuses petites écailles. Sa coloration varie selon le milieu et son stade physiologique. Ses flancs sont gris orangé, son ventre est rose et son dos gris bleuté est parsemé de petits points jaune pâles, y compris sur la nageoire dorsale. Ses nageoires sont bordées d'une bande blanche.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Europe



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Filet avec peau

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet
- Pavé avec peau



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin





Le panga

Un peu d'exotisme avec ce poisson nommé panga.

Le panga

PANGASIUS HYPOPHthalmus
PANGASIUS BOCOURTI

- Le panga est l'une des espèces commerciales les plus prometteuses. Massif avec son ventre proéminent, l'animal est gris clair, sauf son dos qui est foncé. Petite par rapport au reste du corps, la tête foncée est munie de barbillons sous le menton.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Asie du Sud-Est



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Cage flottante
- Etang
- Enclos



CONDITIONNEMENT

- Portionnage au grammage souhaité
- **Barquette sous atmosphère**
 - Filet
 - **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet



USAGES

D'un goût neutre, la chair de ce poisson d'eau douce a une texture plutôt ferme.

Il présente une chair bien blanche, sans arête. Il nécessite un accompagnement légèrement relevé.



Le sandre

Le feu sous le sandre.
Mais avec délicatesse pour préserver sa chair délicate.



Le sandre

SANDER LUCIOPERCA



USAGES

La texture du sandre est agréable et son goût délicat en fait un poisson prisé.

Sa chair fine se prête à plusieurs modes de cuisson.
Le must : associez-le à une sauce vin rouge.



- Ce poisson d'eau douce a un corps étroit. Le dos est vert foncé brillant aux rayures verticales noires. Il possède deux solides nageoires dorsales aux piques acérées. Ses écailles sont petites et très serrées.

Ce carnassier de fond habite les lacs et rivières d'Europe.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Europe



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Etang
- Bassin



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
 - Pavé avec peau décongelé
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Filet avec peau
 - Filet sans peau
 - Filet avec peau décongelé
 - Pavé avec peau





Le tilapia

OREOCHROMIS SPP

Le tilapia

Le « poulet de la mer » pour les Américains est l'un des poissons les plus consommés au monde.

► Le tilapia est de couleur grise ou rouge. Issu des eaux douces d'Afrique et d'Extrême-Orient, il est présent dans tous les bassins tropicaux. Sur une centaine d'espèces sauvages plus de 30 s'élevent avec succès. Trois espèces dominent la production mondiale : Oreochromis niloticus (80%) Oreochromis aureus (10%) et Oreochromis mossambicus (10%).



ZONES D'ÉLEVAGE

- Amérique du Sud
- Asie
- Afrique de l'Est



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin
- Etang
- Cage flottante



CONDITIONNEMENT

- Portionnage au grammage souhaité
- **Barquette sous atmosphère**
 - Pavé sans peau
 - **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Filet



USAGES

Sa saveur légèrement sucrée est subtile.
Sa chair ferme et blanche reste moelleuse à la cuisson.
Idéal pour les traiteurs.

Le turbot

Avec lui, on passe à la vitesse supérieure.



Le turbot

PSETTA MAXIMA
SCOPHTHALMUS MAXIMUS



USAGES

Sa chair maigre est ferme et blanche. Elle est appréciée depuis l'Antiquité pour sa finesse et son goût. De belle taille, il doit être découpé avant d'être grillé, sauf s'il s'agit d'un turbotin (moins de 2 kg).

► Le turbot est un poisson plat en forme de losange. Ses deux yeux sont sur un seul côté, la peau est brunâtre et parfois pigmentée. Sa face aveugle est blanche. Ce poisson sans écaille, est pourvu de petits tubercules osseux (« clous »), rugueux au toucher. On confond parfois barbotin et turbot, mais si la chair de la première est fine, celle du second est un véritable délice !



ZONES D'ÉLEVAGE

- Europe



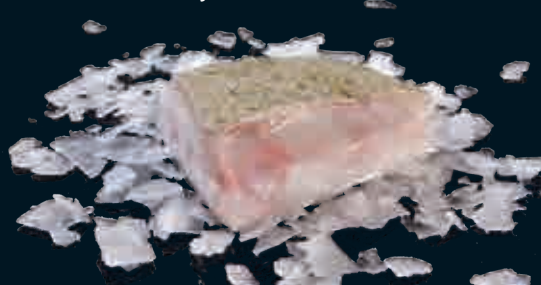
TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin à terre



CONDITIONNEMENT

- Portionnage au grammage souhaité
- **Barquette sous atmosphère**
 - Tronçon
 - Pavé sans peau
 - **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entier
 - Filet
 - Pavé
 - Tronçon





N

OTRE PRODUCTEUR

de SAUMON

d'ISLANDE



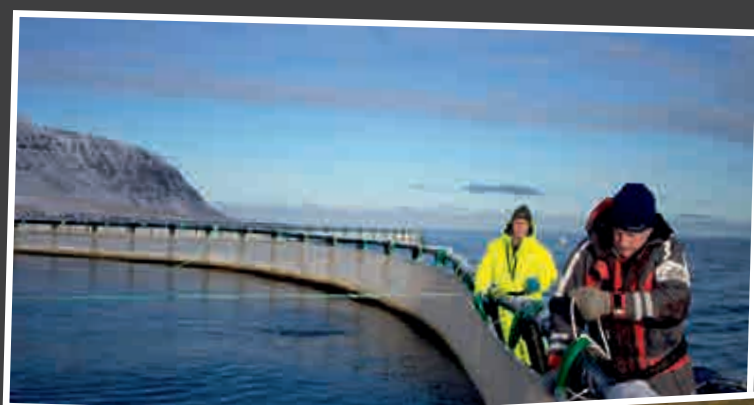
Saumon islandais : l'élevage en harmonie avec la nature

Vous croyez avoir tout goûté en matière de saumon ? Ou peut-être faites-vous partie de ces deux millions de consommateurs qui ont arrêté d'acheter du saumon. Alors essayez donc le saumon islandais certifié BAP (Best Aquaculture Practices Certifications).

Depuis quelques années, l'Islande développe l'élevage dans des fermes marines avec un cahier des charges particulièrement exigeant. Outre le **faible impact environnemental** de cet élevage, le test gustatif est particulièrement satisfaisant.

L'élevage se fait dans trois fjords distincts. Le premier accueille les smolts, les saumons juvéniles, après qu'ils aient été élevés dans l'écloserie bénéficiant d'une **eau douce naturellement filtrée** à travers les champs de lave. L'abondance de l'eau chauffée par géothermie permet de développer des smolts de taille supérieure (300 g au lieu de 50 à 100 g habituellement), ce qui les rend plus résistants lors de la mise à l'eau et **évite tout traitement**. Un deuxième fjord reçoit les saumons adultes pour qu'ils grossissent tandis que le troisième est mis en repos, dans un système de rotation qui permet d'**éviter tout impact environnemental**. « Sachant

que ces fjords ne sont pas irrigués par des rivières et donc qu'aucun saumon ne vient naturellement y frayer. Ainsi, nous ne souillons pas le saumon d'élevage avec le sauvage », précise Karl Johannesson, représentant en France du saumon islandais.





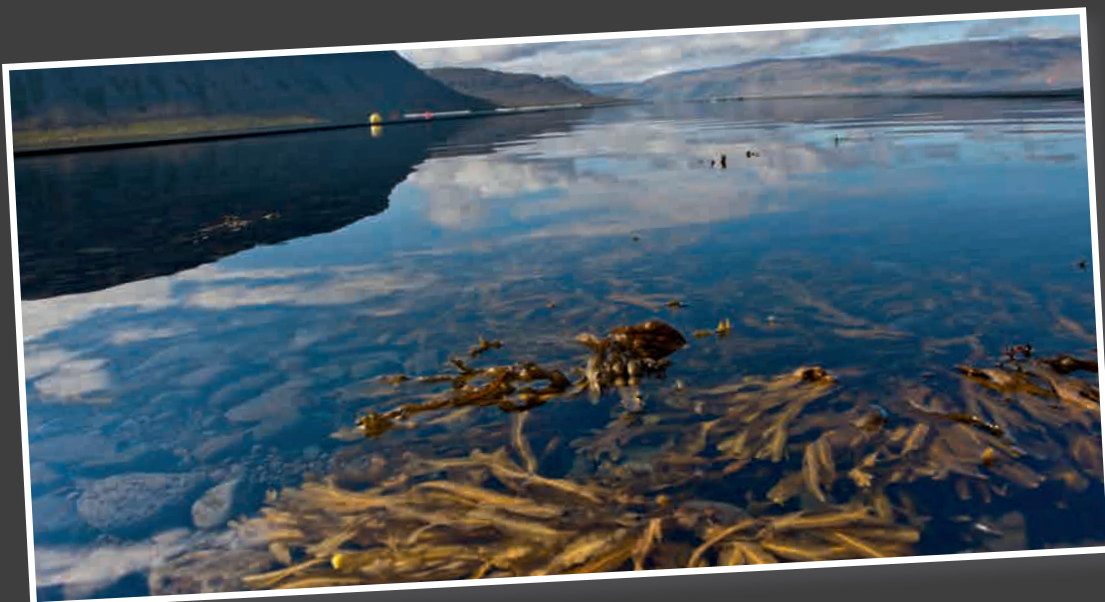
Une très belle chair

Le saumon islandais est élevé à faible densité (une cage est remplie à 98% d'eau et 2% de saumons) dans ce qui est probablement **une des eaux les plus pures du monde**. Son régime alimentaire contient des farines de poisson et huiles de poisson provenant de **sources durables**. **Aucun additif n'est utilisé dans le processus d'élevage, ni traitements chimiques, antibiotiques ou épouillage.**

« La nature est primordiale pour les Islandais, explique Karl Johannesson. Nous cherchons à préserver son esprit sauvage. L'aquaculture est donc une activité récente, moins d'une dizaine d'années. Mais d'emblée, elle a été envisagée, non pas comme une façon de faire du volume, mais dans l'optique d'obtenir un beau produit, en harmonie avec la nature. » La production reste à taille humaine et **maîtrisée**, avec 6 000 tonnes (contre 1 200 000 pour la Norvège) et reste volontairement une niche. « L'Islande ne veut pas inonder le monde avec ses saumons, explique Karl Johannesson. Nous voulons faire les choses correctement, longtemps. » Le label ASC est en cours d'obtention, mais le cahier des charges que se sont imposés les producteurs de ce saumon est déjà bien plus strict que les normes habituelles.

Le saumon islandais est majoritairement distribué en France pour la restauration uniquement par Transgourmet

Seafood. « On s'est lancés fin 2015 avec Transgourmet Seafood, explique Karl. Le produit a été testé avec succès, notamment par des fumeurs qui apprécient beaucoup la texture de ces saumons car la graisse est uniformément répartie sous le muscle. » Il séduit aussi les jurys de dégustation, qui apprécient sa très belle chair. « On le compare généralement à un saumon bio ou Label rouge. » Et si l'Islande était le nouveau pays du saumon ?



Le saumon

Cru, cuit, fumé, avec lui, c'est la vie en rose.

Le saumon SALMO SALAR

Pourcentage
de perte
ENVIRON
30 à 40%
SELON SAISON

► Le saumon possède un corps fusiforme, élancé, précédé par une tête relativement petite. Ses flancs et le ventre sont argentés avec le dos teinté de brun, de vert et de bleu. Le corps est parsemé de nombreuses taches.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Islande
- Écosse
- Norvège
- Irlande
- France
- Chili



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Cage flottante en mer



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

• Barquette sous atmosphère

- Dos avec peau, sans arête
 - Dos sans peau, sans arête
 - Filet avec peau
 - Filet avec peau, sans arête
 - Filet sans peau
 - Filet sans peau, sans arête
 - Pavé avec peau
 - Pavé avec peau, sans arête
 - Pavé sans peau
 - Pavé sans peau, sans arête
 - Dés avec peau, sans arête
 - Baron
 - Queue de filet avec peau, sans arête
 - Flanc, queue entamée avec peau, sans arête
- Pour les pièces inférieures à 100 g : 20 pièces par barquette
Pour les pièces supérieures à 100 g : 10 pièces par barquette

• Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entier
- Filet avec peau
- Filet avec peau, sans arête
- Filet sans peau
- Filet sans peau, sans arête
- Pavé avec peau
- Pavé sans peau
- Pavé sans peau, sans arête
- Queue avec ou sans peau
- Darne
- Escalope
- Dos
- Dés
- Chutes

• Sous-vide

- Filet avec peau
- Filet avec peau, sans arête
- Filet sans peau
- Pavé avec peau, sans arête



USAGES

Sa chair varie de l'orange au rouge. En mode d'aquaculture biologique, la chair du poisson peut être claire ou légèrement rosée.

Le saumon se cuisine de multiples manières, ainsi on peut le déguster poêlé ou encore en papillotes. Il est aussi possible de le faire mariner avant de le poêler.

Le saumon se mange aussi cru, dans les sushis, les sashimis, les carpaccios ou encore en tartare.



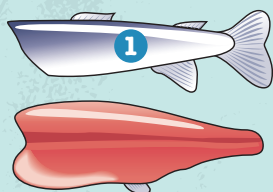
Les découpes de filets de saumon

5 découpes, exprimées en TRIM

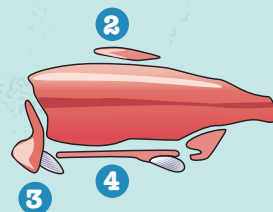
Le Trim ou encore appelé parage est l'opération permettant de débarrasser le filet de poisson de ses déchets (arêtes, nageoires, flancs, peau...).

Il existe 5 découpes de filets de saumon, exprimées en Trim (de A à E) correspondant au niveau de préparation des pièces.

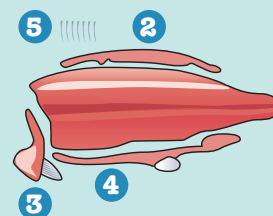
TRIM A



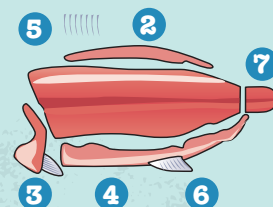
TRIM B



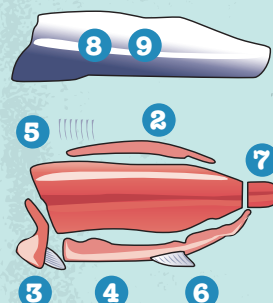
TRIM C



TRIM D



TRIM E



Niveau de préparation des pièces	TRIM				
	A	B	C	D	E
1 Sans colonne vertébrale et sans arête centrale	•	•	•	•	•
2 Sans nageoire dorsale		•	•	•	•
3 Sans arête pectorale (collar off)		•	•	•	•
4 Ventre dégraissé et sans nageoire abdominale		•	•	•	•
5 Colonne vertébrale grattée			•	•	•
6 Sans petite arête ventrale				•	•
7 Sans queue				•	•
8 Ébarbé				•	•
9 Sans peau					•

Les TRIM dans l'assiette



Trim A
Pavés



Trim B et C
Tranches de saumon fumé



Trim D et E
Carpaccio, saumon mariné

La truite arc-en-ciel

Taquinez la de toutes les façons.

La truite arc-en-ciel

ONCORHYNCHUS MYKISS

► Originaire des Rocheuses, elle s'est répandue en Amérique du nord avant d'arriver en Europe en 1880. La sélection intensive a fait apparaître une multitude de colorations mais la bande médiane rosée à rouge, allant de la tête jusqu'à la naissance de la queue, reste un caractère commun. La tête, le dos, les flancs, les nageoires dorsales et caudales sont constellés de taches noires. La mâchoire supérieure est longue arrivant en arrière de l'œil. La nageoire caudale est légèrement échancrée. La truite arc-en-ciel provient à 95 % d'élevages.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Europe



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin par dérivation des rivières
- Cage en mer



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Barquette sous atmosphère**
 - Entière vidée grattée
 - Pavé avec peau
 - Filet sans peau, sans arrête

Marée traditionnelle en caisse polystyrène

- Entière
- Entière vidée
- Filet
- Filet sans peau, sans arrête
- Pavé



Pourcentage de perte

40 à 50%
SELON SAISON



USAGES

Sa chair est naturellement blanche ou rosée grâce à un pigment artificiel.

La truite possède le goût typique des poissons carnassiers. Ce poisson est idéal lorsqu'il est cuit à basse température.



La truite fario

La truite fario

SALMO TRUTTA FARIO



USAGES

Ce poisson s'apprécie tout simplement cuit au court-bouillon avec des pommes de terre à l'eau.

► D'une longueur allant de 25 à 100 cm chez l'adulte, elle possède un corps élancé et fusiforme parfaitement adapté à une nage rapide. La truite fario, comme tous les salmonidés, a la particularité de posséder une nageoire adipeuse ; celle-ci est située entre les nageoires dorsales et caudales. Sa tête a un museau pointu et une bouche possédant de petites dents. La truite fario se reconnaît aux petits points roses et marron sur son corps.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Europe



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin



CONDITIONNEMENT

Portionnage au grammage souhaité

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entière
 - Filet
 - Pavé



Toutes espèces : compter un pourcentage de perte de 50 à 55% selon la saison, sauf si mentionné.

Céphalopodes & batraciens

Environ 15 000 tonnes de céphalopodes
débarquées en criées en France/an

+de 20 000
tonnes importées



Les céphalopodes

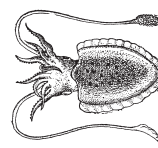
LES CÉPHALOPODES SONT DES INVERTÉBRÉS AU CORPS MOU, DOTÉS DE GRANDS OU DE PETITS TENTACULES. CE SONT DES ESPÈCES DU FOND DES ÂGES, PÊCHÉES DANS DES FILETS OU DES CHALUTS. ON DISTINGUE TROIS GRANDES FAMILLES : LES ENCORNETS, LES SEICHES ET LES POULPES. ILS SE NOURRISSENT DE MINUSCULES INVERTÉBRÉS, DE CRUSTACÉS, VOIRE DE POISSONS POUR LES GROS POULPES.

La seiche

Une coquille interne calcifiée et cloisonnée protège ses organes.

La seiche est un décapode, elle a 10 bras (8 courts et 2 longs).

Selon les régions elle porte le nom de Margatte, Morgate, Casseron ou encore Sepia ...
Sa taille dépasse rarement les 40 cm.



L'encornet

Une coquille interne composée de matière organique cornée, sans formation de loge.

L'encornet est un décapode avec 8 bras courts et 2 longs tentacules extensibles.

Appelé également Calamar ou Calmar lorsqu'il est de grande taille, il peut mesurer jusqu'à 20 m.



Le poulpe

Présence d'une couronne de 8 bras. Deux séries de ventouses sur chaque bras.

Appelé également Pieuvre.
Son envergure peut atteindre 4 m.



L'encornet / Le calamar

Chipiron, supion, calmar...
Ne vous prenez pas la tête
avec son nom.

L'encornet Le calamar

LOLIGO VULGARIS

► Le calmar est un céphalopode au corps fusiforme et musculeux. Ses nageoires sont triangulaires sur la partie postérieure du corps, ce qui lui donne la forme d'un losange. L'autre dénomination admise est encornet, elle est même fréquente sur les étals. Les petites tailles (plus de 80 individus/kg) peuvent prendre le nom de chipiron ou supion ; c'est assez courant en surgelés.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord Est



CONDITIONNEMENT

- Barquette sous atmosphère
 - Nettoyé
- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
 - Entier
 - Tube
 - Tentacule, anneau, lamelle, soupion déglacée
- Sous-vide
 - Nettoyé



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Turlutte
- Canne
- Filet



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair blanche est maigre, légèrement sucrée, ferme et tendre.

La préparation : retirez le cartilage, videz le calamar et rincez la poche d'encre sous l'eau froide ; gardez-la pour une sauce. Afin que les calamars soit goûteux, il faut les cuire «al dente» ; 5 minutes de cuisson suffisent.



Le poulpe

Une tête et huit tentacules.
La pieuvre par neuf.

Le saviez vous ?

Il a un corps mou, un bec dur et le sang bleu ! Attaqué, le poulpe éjecte un liquide indélébile, qui se dilue dans l'eau, pour dissimuler sa fuite.



USAGES

Poché au court-bouillon, on déguste le poulpe en salade. Emincé en cubes, on peut le consommer cru, à condition de le faire mariner dans une vinaigrette au moins 24h. Les plus petits sont grillés ou frits car ils sont plus tendres.



Le poulpe

OCTOPUS VULGARIS

► La pieuvre commune ou poulpe commun a un corps musculeux et rugueux nommé manteau, qui se prolonge de huit bras portant deux rangées de ventouses. Sa grosse tête porte des yeux à pupilles fixes. De couleur variable, il peut passer très rapidement du marron au blanc ou jaune orangé jusqu'au rouge. En effet, le poulpe a la capacité de changer de couleur pour se fondre dans son environnement grâce à la contraction de cellules pigmentées.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Centre-Est/Nord-Est
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Turlutte
- Pot
- Casier
- Filet



CONDITIONNEMENT

- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
 - Entier
 - Tentacule



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La seiche

Ne séchez pas sur la seiche. Elle n'est pas si compliquée à préparer.

La seiche

SEPIA OFFICINALIS

► Les seiches se distinguent des autres céphalopodes par la présence de dix tentacules, dont deux plus longs que les autres. Leur corps cylindrique et ovale possède deux nageoires latérales et abrite un « os » constitué de calcaire blanc. La seiche commune (*Sepia officinalis*) est de couleur variable, l'animal la modifiant selon le milieu ambiant. Ainsi elle va du gris clair au brun avec des zébrures plus foncées et nombreuses irisations.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Est
- Atlantique Nord Est : du nord de la Norvège aux côtes Est du Mozambique
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Filet
- Casier
- Ligne
- Turlutte



CONDITIONNEMENT

- **Barquette sous atmosphère**
- Blanc de seiche décongelé
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entière
- Blanc de seiche frais



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Découper de belles planches dites de blancs. Leur usage est multiple. Vous pourrez ainsi les marquer à feu vif sur un grill rainuré quelques instants de chaque côté. Très peu cuit, le blanc est absolument délicieux. Afin que les seiches soient goûteuses, il faut les cuire « al dente » ; 5 minutes de cuisson suffisent. En vidant l'animal, récupérez la poche de noir. L'encre pourra être utilisée pour cuisiner la seiche comme pour aromatiser un risotto.



Les cuisses de grenouille

D'elle ou sa cuisse que connaît-on le mieux ? Un classique de la cuisine française.



Les cuisses de grenouille



USAGES

Les cuisses de grenouille se dégustent généralement poêlées, persillées au beurre, sautées aux fines herbes...

► La grenouille verte est présente sur l'ensemble du territoire français. On la trouve jusqu'à 900 m d'altitude dans le Jura ou les Alpes, dans les étangs et les marais. En France, il y a une grosse consommation de cuisses de ce batracien. Pour couvrir la demande, il est fait appel à l'importation, elles arrivent soit vivantes soit directement préparées et congelées. Le mode d'approvisionnement principal est la récolte dans les milieux naturels, effectuée par des « ramasseurs de grenouilles ». Des efforts de gestion des pontes naturelles sont localement développés (ex. la Bresse) dans le but d'augmenter la quantité de jeunes grenouilles qui seront ensuite libérées dans des étangs où elles continueront de grossir. En France, pour maintenir les populations naturelles, il y a une réglementation très stricte qui limite les périodes de capture mais sans licence de pêche professionnelle la vente est interdite.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France
- Turquie
- Asie
- Arménie



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Deux calibres de cuisses disponibles
- moyenne
- grosse
- Vendues en baguette ou à la lyonnaise



SAISONNALITÉ

- France :
- J F M A M J J A S O N D
- Import :
- J F M A M J J A S O N D





Coquillages

15 000 tonnes de coquillages produites
chaque année par la conchyliculture,
essentiellement des moules et des huîtres

Environ 1 300

pêcheurs à pied professionnels
en France

Les huîtres

La perle de la mer
à l'incomparable
saveur.

L'huître fine de claire

CRASSOSTREA GIGAS

► La Fine de Claire est le produit préféré des consommateurs qui apprécient les huîtres peu charnues. Forme homogène. Manteau translucide. Branchies vertes ou blanches. Odeur agréable, marine. Goût affiné, terroir de claires. Saveur équilibrée en sel. Consistance molle. Longueur en bouche courte.



ZONES D'ÉLEVAGE

- L'huître creuse est élevée à Arcachon, à Marennes-Oléron, en Bretagne, sur l'île de Ré, l'île de Noirmoutier, en Vendée, en Normandie, dans le Languedoc (étang de Thau) et en Corse (étangs d'Urbino et de Diana), cependant tous les naissains viennent de la côte Atlantique (Arcachon, Charente-Maritime et Baie de Bourgneuf).



CONDITIONNEMENT BOURRICHE

- **Bourriche**
n° 0 - bourriche de 96
n° 1 - bourriche de 48, de 108
n° 2 - bourriche de 24, de 48, de 96, de 144
n° 3 - bourriche de 12, de 24, de 48, de 96, de 128, de 180
n° 4 - bourriche de 48, de 96, de 240



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- On les appelle ainsi car ce sont des huîtres affinées au moins 1 mois en claire (bassin d'affinage) à une densité de 3 kg au m² maximum ; il existe une appellation Label Rouge, comportant un cahier des charges plus strict et l'obligation d'une coloration verte des branchies de l'huître. Cette coloration provient d'une algue, la navicule bleue, présente dans l'eau des claires et qui, filtrée par l'huître, colore les branchies de cette dernière en vert plus ou moins prononcé.

Qu'est-ce qu'une claire ?

Une claire est un bassin creusé par l'homme dans l'argile, proche de l'océan. Les claires peuvent être de dimensions très variables selon les exploitations. La moyenne est d'environ 10 ares (1000 m²). Ces claires sont alimentées en eau par un réseau de chenaux et de ruisseaux eux-mêmes alimentés par les marées. Les huîtres sont stockées dans ces claires selon une durée et un nombre au m² spécifié dans les différents cahiers des charges. Cette opération s'appelle l'affinage en claires. Cet affinage donne aux huîtres un goût très particulier.

Le saviez-vous ?

En période estivale, l'huître risque d'être laiteuse (période de reproduction), mais c'est une question de goût personnel



USAGES

Il est conseillé de les ouvrir une demi-heure à l'avance et de jeter la 1^{ère} eau pour leur laisser le temps d'en refaire une.

A savourer avec du vinaigre à l'échalote ou du citron avec un bon pain de seigle et un vin blanc sec*. Et surtout croquer l'huître : vous aurez l'impression d'embrasser la mer...



L'huître Spéciale de claire

CRASSOSTREA GIGAS

► Pour tout connaisseur, la chair généreuse de la Spéciale se perçoit en effet d'emblée. Cette chair voluptueuse et ferme, presque croquante, envahit le palais, créant une sorte d'enchantement gustatif tout à la fois minéral et végétal, prolongées par un crescendo de saveurs délicatement sucrées où prédomine des arômes subtils et raffinés. Sa longueur en bouche, sa texture charnue, sa grande finesse aromatique et sa saveur persistante signent ainsi l'identité gustative de la Spéciale. Elle sera la source d'inspiration de nombreuses recettes.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France



CONDITIONNEMENT BOURRICHE

- **Bourriche**
n°2 - bourriche de 48, de 96
n°3 - bourriche de 48, de 96



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- La Spéciale de claire est sélectionnée par l'ostréiculteur avant l'affinage pour sa forme régulière, sa rondeur et son épaisseur, signes caractéristiques d'un volume de chair plus important. Elle est également affinée en claire pendant 1 mois à une densité de 3 kg au m² maximum.



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



L'huître pousse en claire

CRASSOSTREA GIGAS

► La Pousse en Claire Label Rouge, produit d'exception et fierté des ostréiculteurs, a longtemps été diffusée de manière confidentielle, réservée à une clientèle d'initiés. Aujourd'hui, cette huître haut de gamme et fer de lance de Marennes Oléron est produite par quelques professionnels avertis. Elevée à très faible densité, au maximum 5 au m² dans la claire où elle séjourne durant quatre à huit mois, elle pousse en formant sur sa coquille des dentelles caractéristiques appelées lignes de pousse. Pendant son séjour dans les claires, l'huître va atteindre un taux de chair élevé et une fermeté croquante, ainsi qu'un goût de terroir prononcé long en bouche. Des études organoleptiques ont été menées pour définir le goût de cette Pousse en Claire Label Rouge, sans conteste, l'huître la plus typée de la gamme Marennes Oléron. C'est l'huître des grands moments.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Marennes Oléron



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT BOURRICHE

- **Bourriche**
n° 1 - bourriche de 48, de 108
n° 3 - bourriche de 24, de 48



USAGES

Les grands amateurs préféreront déguster les huîtres Spéciales sans rien y ajouter. Cependant, elles peuvent être accommodées en version froide ou chaude. Pour une entrée froide, une « fraîcheur de concombre aux huîtres Spéciales et herbes potagères » donnera une note colorée à votre assiette. Si vous les préférez chaudes, optez pour les « huîtres Spéciales gratinées en coquilles au Champagne ». Pour plus d'originalité et de surprise gustative, pourquoi ne pas tenter une « déclinaison d'huîtres Spéciales en quatre températures », un succès garanti !



USAGES

Goût terroir de claires, de saveursucree prédominante. Consistance très ferme, croquante. Longueur en bouche très importante. Très charnue, au goût prononcé de marais.



Retrouvez la vidéo de notre producteur d'huîtres sur notre site
www.transgourmet-france.fr/partager-le-meilleur/videos

N

OTRE PRODUCTEUR

d'HUÎTRES

SCEA LAMAISON : l'huître passionnément



Depuis quatre générations, les Etablissements Lamaison s'attachent à valoriser un terroir vivant et à pérenniser un savoir-faire traditionnel dans la région de Marennes Oléron en Charente-Maritime. Cette entreprise familiale, basée à la Tremblade, propose une large gamme d'huîtres traditionnelles (IGP Marennes Oléron) et spéciales de qualité exceptionnelle, pour satisfaire toutes les exigences des clients de Transgourmet Seafood.

L'élevage demande à l'ostréiculteur entre trois à quatre ans de patience et de soins. L'affinage en claires, ces bassins argileux peu profonds, nécessite en particulier toute son attention. C'est là que l'huître va mêler à sa saveur iodée le goût subtil de son terroir. Lamaison propose l'huître de claire en quatre affinages (Fine de Claire, Fine de Claire verte, Spéciale de Claire et Pousse en Claire), pour des huîtres plus ou moins charnues et des saveurs plus ou moins longues en bouche. Elles sont ensuite sélectionnées et conditionnées à la main.

Pour des clients soucieux de la traçabilité des produits, Lamaison s'est équipé de moyens techniques permettant

d'assurer une qualité constante et optimale. Notamment un système de purification des bassins répondant à toutes les normes environnementales. « Tout rapproche le monde de l'ostréiculture et celui du travail de la vigne, c'est aussi la même foi qui réunit ces hommes passionnés par leur terroir et leur histoire ». L'entreprise a fait sienne cette citation d'Ernest Hemingway, et aime rappeler qu'une huître d'exception doit être façonnée, affinée et dégustée comme un grand cru.





L'huître d'Isigny

Charnue et goûteuse, elle est idéale à cuisiner.

L'huître d'Isigny

CRASSOSTREA GIGAS

- Une huître généreuse en chair, croquante et au goût équilibré.
L'huître d'Isigny est une huître dite spéciale, annonçant ainsi un rapport chair/coquille relativement élevé.
Avec une coquille visiblement massive, il s'agit donc d'une huître charnue.



ZONES D'ÉLEVAGE

- France - Normandie



CONDITIONNEMENT BOURRICHE

- Bourriche
n° 2 - bourriche de 48, de 96
n° 3 - bourriche de 48, de 96, de 180



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

L'élevage des huîtres Spéciales d'Isigny fait l'objet d'une attention toute particulière, en respectant scrupuleusement leur rythme de croissance en fonction du climat et des saisons, dans un objectif de qualité supérieure.

Au cœur de la Baie d'Isigny, ces huîtres sont élevées dans des poches, disposées sur des tables implantées en pleine mer et en surélévation. Cette technique permet notamment de favoriser un environnement parfaitement sain pour le développement des huîtres et de les protéger de tout prédateur.



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

A la dégustation, elle se révèle plutôt croquante et offre une saveur toute en rondeur. Cette huître sera également idéale pour tout type de préparations culinaires, chaudes ou froides.

L'huître plate de Cancale

Découvrez la reine des huîtres au fameux goût de noisettes.



L'huître plate de Cancale

OSTREA EDULIS



USAGES

C'est une huître de forme arrondie à la chair ferme et blanche, nuancée de gris ou de brun. Consommée aussi bien crue que chaude, elle a une saveur unique et particulière de noisette. Très fine en bouche, c'est un mets d'exception.

- L'huître de Cancale est élevée dans la baie du Mont Saint-Michel, ce qui lui vaut d'être bercée par les marées les plus fortes du monde. C'est une huître à chair ferme, qui nécessite 3 à 4 années d'élevage. L'appellation « Belon » vient d'une rivière dans le Finistère qui a donné son nom aux huîtres plates.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Baie du Mont Saint-Michel



CONDITIONNEMENT BOURRICHE

- Bourriche
n°3 - bourriche de 48, de 96



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

Elles sont cultivées en eaux profondes (au-delà de 16 m) dans des zones ne découvrant pas, à la flore abondante, oxygénée par de puissants courants. Dans ces eaux plus froides, elles sont plus résistantes aux maladies et présentent une meilleure adaptation.



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

L'amande

Craquez pour ce petit coquillage délicat.

L'amande

GLYCYMERIS GLYCYMERIS

► L'amande est un coquillage de 4 à 6 cm de diamètre, à la coquille arrondie de couleur brune plus ou moins foncée. On la trouve sur les plateaux de fruits de mer, parfois à la place de la praire, à cause de son prix abordable.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Mer Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Drague spécifique



CONDITIONNEMENT

- Filet de 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

L'amande se déguste crue avec d'autres coquillages, un filet de citron ou de vinaigrette suffit à révéler son goût iodé. Mais on peut la préférer tiède, juste pochée dans un court-bouillon très réduit, avec des tartines de beurre demi-sel ou en salade.

Le saviez vous ?

Comme sa croissance est très lente, l'amande peut vivre près de 20 ans.

Le bigorneau

Petit, mais costaud.
Le roi de l'apéro.

Le saviez vous ?

Le bigorneau se mange toujours cuit. Plus il est petit, plus sa chair est tendre.

Le bigorneau

LITTORINA LITTOREA

► Le bigorneau est surtout connu comme étant le roi de l'apéritif. Sa coquille spiralée et bombée est de couleur vert foncé, presque noire. En relief apparaissent de fines stries sombres et claires alternées.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : du Cap Nord à Gibraltar et de l'Islande à la Baltique



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied



CONDITIONNEMENT

- Cru : taille moyenne, gros, ou jumbo - caisse de 3 kg - 5 kg
- Cuit : caisse de 500 g et 1 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Le bulot

Le meilleur ami
de la mayo.

Le bulot

BUCCINUM UNDATUM

- Le bulot est un gros escargot de mer doté d'une coquille robuste, spiralée et ondulée. Ce gastéropode est blond quand il est pêché sur les fonds sableux, et vert quand il est issu des fonds rocheux. Son pied musculeux constitue l'essentiel de la partie comestible. Utilisé hier comme appât à morue sur les bancs de Terre-Neuve, le bulot une locomotive du rayon marée, pour les coquillages.



ZONES DE PÊCHE

- Golfe normano-breton
- Eaux irlandaises.



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Casier



CONDITIONNEMENT

- Cru : caisse de 3 kg et 6 kg
- Cuit : caisse de 500 g, 1 kg et 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

À cuire dans de l'eau salée. Évitez l'excès de poivre afin de ne pas masquer leur délicieux goût iodé. À servir avec une mayonnaise. Les bulots peuvent également se cuisiner. Par exemple, une fois cuits, enlevez l'opercule des bulots et versez dans le coquillage un beurre fondu aromatisé au roquefort. Placez sur une assiette à escargot puis réchauffez vos bulots au four à 90°C pendant environ 15 min ! Un régal pour une entrée !



Les clams

La palourde XXL
des States.



Le clam

MERCENARIA MERCENARIA



USAGES

Ils trouvent volontiers place sur des plateaux de fruits de mer aux côtés d'amandes et de palourdes.

On les déguste le plus souvent crus dans leur coquille avec quelques gouttes de jus de citron, et plus rarement farcis cuits au four

- Appelé également praire plate ou palourde plate, le clam est un mollusque bivalve de 5 à 10 cm, à grande coquille lisse, marquée de fines stries circulaires.



ZONES DE PÊCHE

- Amérique
- Côtes d'Angleterre et du sud de la Bretagne



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied
- Dragage



CONDITIONNEMENT

- Gros cal. 2/4
 - Moyen cal. 5/7
 - Petit cal. 7/10
 - Extra petit cal. 10+
- En filet ou en bourriche



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La coque

La coque a la cote avec son petit goût iodé.

La coque

CERASTODERMA EDULE

► La coque est un fruit de mer à la coquille blanche, bombée et striée qui contient une petite noix charnue et ferme, et une languette de corail. Avant de la déguster, toujours s'assurer de la propreté des coquillages car rien de plus désagréable que de manger des coques qui crissent sous la dent.



ZONES DE PÊCHE

- Côtes Atlantique : des côtes danoises aux rivages marocains



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied
- Drague



CONDITIONNEMENT

- Barquette sous atmosphère
- Décortiquée
- Filet de 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Ajoutez 2 poignées de gros sel dans une bassine remplie d'eau avant de laisser les coques dégorger au moins 2 h. Puis rincez-les, elles sont propres. Les coques se consomment crues ou cuites, nature ou décoquillées et cuisinées. A cause du sable, filtrez leur jus de cuisson avant utilisation.

Le couteau

La fine lame de la mer.
Une saveur exceptionnelle.



Le couteau

ENSIS ENSIS



USAGES

La première étape consiste à éliminer le sable restant. Pour cela, plongez les couteaux dans l'eau fraîche et rincez. déposez ensuite les couteaux sur une crêpière ou une poêle chauffée à blanc. Astuce : vider un demi-verre d'eau, la vapeur qui se dégage facilite leur ouverture. Laisser cuire environ une minute et quand ils sont ouverts placez-les sur une assiette de service bien chaude. Nappez l'intérieur des couteaux d'une fine couche de beurre monté au citron et parsemez de zestes frits. Poivrez et dégustez chaud !

► Ce bivalve long et étroit, parfois légèrement incurvé, appartient aux Solénidés. Le couteau de mer est un mollusque à coquille (comme l'huître, la moule...) de 12 cm de long. Il est parfois appelé rasoir à cause de sa forme, parfaite imitation du coupe-chou. D'un côté de la coquille se trouve une tête minuscule et de l'autre un pied puissant pour creuser le sable. Tous ceux qui ont pratiqué la pêche à pied se souviennent de la difficulté pour l'attraper.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied
- Plongée
- Drague à jets



CONDITIONNEMENT

- Filet de 1 kg
- Caisse de 3 kg
- Disponible en moyen ou très gros



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



L'ormeau

Un dur à cuire
au cœur tendre.

L'ormeau HALIOTIS TUBERCULATA

► Classé dans les gastéropodes, l'ormeau représente la famille des haliotidés sous nos latitudes. En excroissance, le dernier tour de la coquille porte des orifices caractéristiques. De couleur gris brun à gris rose, la coquille est plate par ailleurs. Elle colle au corps de l'ormeau formé d'un muscle puissant dont le pied est important. De nombreux tentacules sensoriels bordent le corps.



ZONES D'ÉLEVAGE

- De Dunkerque au Sénégal et sur le pourtour méditerranéen
- Côtes de la Manche ouest



TECHNIQUES DE PÊCHE

- En plongée



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Élevage : en mer ouverte dans des cages ou à terre en circuit fermé ou semi-ouvert dans des bassins couverts



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 3 kg



SAISONNALITÉ

Elevage :

J F M A M J J A S O N D

Sauvage :

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Pour préserver le goût de l'ormeau, un poêlage d'une minute sur chaque face sera parfait. Pour les détendre, passez-les ensuite 10 minutes dans un four à 60° C. Éviter la persillade, préférez quelques gouttes d'huile d'olive et une pincée de gros sel.

L'oursin

Sous les épines,
une langue de velours
à la saveur corsée.



L'oursin PARACENTROTUS LIVIDUS



USAGES

On déguste les gonades de l'oursin, communément appelées « corail ». Il s'agit de ses organes reproducteurs, disposés en étoile au fond de l'enveloppe calcique. Les couleurs varient selon les espèces et le sexe, allant du jaune au rouge vif en passant par toutes les nuances de brun et d'orangé.

Le corail d'oursin se déguste en apéritif ou en entrée froide sur du pain beurré ou des canapés, accompagné de jus de citron et d'échalotes.

► L'oursin est un animal marin qui vit en groupe. Sa couleur varie du noir au blanc, jusqu'au multicolore, selon son lieu de pêche. Sa taille est de 8 cm en moyenne, bien loin des 35 cm affichés par l'oursin du Pacifique aux piquants impressionnants. On l'appelle aussi le hérisson des mers à cause de ses piquants, rappelant ceux du petit mammifère de nos jardins ou châtaigne des mers.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Golfe du Lion
- Méditerranée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- À pied avec courte pique
- En plongée



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

La palourde

Toute légère sur un plateau de fruits de mer. On aime aussi la cuisiner.

La palourde européenne

RUDITAPES DECUSSATUS

- La palourde européenne a une couleur extérieure crème, grisâtre voire brun clair et peut comporter des tâches plus foncées. La coquille présente des stries concentriques bien marquées et des stries rayonnantes assez serrées, ce qui lui donne un aspect quadrillé. Sa forme est allongée et anguleuse. Les valves sont également développées. La lunule (dessin en creux en forme de cœur allongé) est peu distincte. Les surfaces internes sont blanches, brillantes, avec des teintes, jaunâtres ou bleuâtres. Les siphons sont séparés sur toute la longueur.



ZONES DE PÊCHE

- France - Côte Atlantique
- Europe



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied, en plongée ou avec une drague à main



CONDITIONNEMENT

- Moyenne, grosse. Caisse de 3 kg



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Élevage en milieu naturel



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

C'est la star des recettes express, elle se consomme crue ou cuite quelques minutes, mélangée à des pâtes par exemple. Comme elle est de belle taille, on peut la farcir ou la plonger dans un bouillon aromatisé pour la déguster en soupe.

Le saviez vous ?

Deux espèces de palourde grise sont commercialisées à partir de gisements situés le long de nos côtes (1500 T pêchées par an en moyenne en Europe) : la palourde européenne endémique, *Ruditapes decussatus*, appelée «vraie palourde» et la palourde japonaise, *Ruditapes philippinarum*, introduite en 1975) des fins d'élevage. La production de la palourde japonaise est majoritaire (85 %), cependant la palourde européenne est plus qualitative.



La palourde japonaise

RUDITAPES PHILIPPINARUM



USAGES

Bien sûr, la palourde peut se consommer crue, peu après la pêche. Mais la dégustation est souvent réservée aux amateurs. Farcie au beurre d'escargot et gratinée au four, elle séduit grands et petits.

- Difficile à distinguer, la palourde européenne et la palourde japonaise possèdent chacune deux coquilles équivalentes de formes plus ou moins ovales. Des stries rayonnantes et concentriques marquent la coquille variant du gris nuancé de blanc et parfois de brun. L'intérieur des valves de la croisée japonaise est violacé, à la différence de l'espèce européenne, qui présente un intérieur clair.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied ou à la drague
- Culture en parc



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La moule edulis

MYTILUS EDULIS

La moule edulis

Elle a la frite en marinière.

► La coquille de la moule est de couleur bleu noir, brune ou parfois brune rayée de noir. La moule commune (Mytilus edulis) se distingue de la moule de Méditerranée (Mytilus galloprovincialis) par sa forme subconique et par sa taille, deux fois plus petite. Sa chair est maigre.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Irlande
- Danemark
- France
- Hollande
- Royaume-uni
- Norvège
- Espagne



CONDITIONNEMENT

- Sac de 10 kg, 15 kg
- Sachet de 1 kg, 2 kg, 10 kg
- Moule de bouchot sac de 5 kg, 10 kg, 15 kg
- Moule corde sac de 5 kg
- Moule PAC 2 kg



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

L'élevage de la moule récolte les faveurs des ONG. Les moules consommées en France sont principalement issues de la mytiliculture. Élevage sur bouchots (pieux de bois verticaux), cordes, tables ou à même le sol. Dans ce cas, les moules doivent être retrempées et lavées avant commercialisation.



TECHNIQUES DE PÊCHE

Pêche à la drague sur gisements naturels.



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Il existe différentes façons d'agrémenter ces fruits de mer qui font le régal de nos tablées. Marinières ou gratinées, ces coquillages sont une invitation à la convivialité et au festin.

Le saviez vous ?

L'appellation « moule de bouchot » s'applique à des moules qui ont été élevées au moins 6 mois sur des pieux dans une zone concédée à cet usage.

La moule d'Espagne

Crue ou farcie, découvrez ou redécouvrez son goût simple et unique.



La moule d'Espagne

MYTILUS GALLOPROVINCIALIS



USAGES

Les moules d'Espagne se consomment souvent chaudes, en les ayant préalablement farcies d'un beurre à l'ail puis passées au four. Elles se retrouvent également sur des plateaux de fruits de mer, à déguster accompagnées d'une vinaigrette à l'échalote. Enfin, évidemment, la moule d'Espagne fait une garniture idéale et inévitable pour les paëllas.

► La coquille de la moule méditerranéenne est bleu noir, brune ou parfois brune rayée de noir. Sa base peut prendre également une couleur grise. On trouve aussi cette espèce en Atlantique et en Manche ouest. Plus grosse que la moule commune (Mytilus edulis), cette espèce s'en distingue légèrement par la forme anguleuse de sa valve extérieure. Sa chair est maigre.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Méditerranée
- Atlantique
- Manche ouest



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Élevage en suspension sur cordes, à partir de filières ou de pontons (bateas espagnols), et sur tables dans le bassin de Thau.



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La moule de bouchot

MYTILUS EDULIS

La moule de bouchot de la Baie du Mont Saint-Michel

La perle de la Baie.

► La mytiliculture, a acquis en Baie du Mont Saint-Michel ses lettres de noblesse. Les Moules de bouchot de la Baie du Mont Saint-Michel peuvent s'enorgueillir d'avoir été, en 2006, le premier produit de la mer à obtenir une AOC (Appellation d'Origine Contrôlée). Depuis 2011, elles bénéficient de l'appellation Européenne, AOP (Appellation d'Origine Protégée). Les mytiliculteurs regroupés au sein du Comité de l'AOP œuvrent chaque jour pour sauvegarder l'équilibre naturel du site. Ils s'engagent à toujours privilégier la qualité. C'est un produit unique d'une qualité exceptionnelle.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Baie du Mont Saint-Michel



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Élevage sur bouchots



CONDITIONNEMENT

- Sac de 10 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair est onctueuse, moelleuse, fondante et sa saveur à dominante sucrée.

Le pétoncle

Un petit coquillage à la noix.

A cuisiner comme la Saint-Jacques.



Le pétoncle

AEQUIPECTEN OPERCULARIS



USAGES

Un impératif : ne pas les cuire plus de 2-3 min afin de garder le moelleux de la chair. C'est pourquoi les pétoncles sont ajoutés dans une quiche ou un gratin en fin de cuisson. Délicieux en salade, ils peuvent se consommer crus à condition qu'ils soient ultra-frais.

► Le pétoncle ou vanneau a une forme circulaire. Ses valves ne sont pas symétriques, la valve supérieure est plus bombée que la droite. Les oreilles du coquillage quoique bien développées sont de tailles différentes. Le pétoncle présente de 16 à 25 côtes rayonnantes arrondies et de fines stries concentriques. Sa teinte peut être définie d'un crème marbré de brun plus ou moins rougeâtre.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique
- Méditerranée
- Mer du Nord
- Manche



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut
- Drague
- Pêche à pied



CONDITIONNEMENT

- Entière
- Caisse de 2 kg
- Décortiquée



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



La coquille Saint-Jacques

Elle révèle toutes ses saveurs quand elle sort de sa coquille.

La coquille Saint-Jacques

PECTEN MAXIMUS

► La coquille Saint-Jacques est l'un des plus gros représentants de la famille des pectinidés. Ses deux valves aux grosses côtes striées partant du sommet de la coquille sont de couleur rouge à brun, quelquefois roses ou tachetées. Sa chair est maigre et savoureuse. En Europe, elle provient essentiellement de la pêche où elle est capturée à l'aide de dragues. Elle peut aussi provenir de l'aquaculture (Asie et Amérique latine).



ZONES DE PÊCHE

- Manche Est (dont la baie de Seine)
- Manche Ouest (dont la baie de Saint-Brieuc)
- Rade de Brest
- Mer d'Irlande
- Eaux écossaises
- Golfe de Gascogne (Glénan, baie de Quiberon, Pertuis charentais)



CONDITIONNEMENT

- **Barquette sous atmosphère**
- **De Port en Bessin** décortiquée par nos soins avec ou sans corail
- Décortiquée avec ou sans corail
- Entière
- Décortiquée avec ou sans corail calibre 40/50
- Entière en coquille.
- Caisse de 5 kg, 10 kg, 12 kg ou 13 kg



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Drague
- Chalut de fond
- Plongée



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Pour que les Saint-Jacques restent tendres et moelleuses, leur cuisson doit être très rapide : 2 minutes par face suffisent pour ne pas les dessécher.

La coquille Saint-Jacques

PLACOPECTEN MAGELLANICUS

► On la trouve souvent dans le commerce sous l'appellation « noix de Saint-Jacques », mais c'est en fait une pétoncle géante ou nommée également Peigne hauturier. Tout comme la Saint-Jacques, on mange le corail et la noix. Sa coquille fait aisément 10 cm de largeur et le muscle, la noix, 5 cm.



ZONES DE PÊCHE

- U.S.A.
- Canada



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Drague
- Chalut de fond



CONDITIONNEMENT

- Préparation décongelée 1 kg, 2 kg
- Préparation fraîche 1 kg, 2 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Chair très blanche et nacrée et saveur fine et parfumée. La noix de Saint-Jacques est en forme de cylindre, faite de fibres parallèles, tendres sous la dent. La noix de Saint-Jacques fraîche est délicieuse crue, comme dans les sushis où elle livre un goût sucré, ou marinée, comme dans le ceviche, ou encore dorée à la poêle.



N

OTRE PRODUCTEUR

de COQUILLES

SAINT-JACQUES

Lequertier : le fleuron de la Saint-Jacques

ELLE EST L'EMBLÈME DE LA PÊCHE NORMANDE.

La coquille Saint-Jacques fait vivre près de la moitié des navires de pêche côtière et la Normandie est la première région française de pêche de cette espèce. Sur ce marché, Lequertier est un des spécialistes. Cette entreprise familiale créée à Caen en 1968 s'est spécialisée dans la distribution des produits de la mer et la Saint-Jacques, fraîche ou décortiquée, représente 20% de son activité.

Elle repose sur une pêche durable, éco-responsable, c'est-à-dire saisonnière (d'octobre à mi-mai et respectant les quotas et les zones de pêche, avec des contraintes supplémentaires en termes d'accès pour des gisements dits « classés », comme la Baie de Seine. De par son excellente connaissance du métier des pêcheurs, Lequertier a tissé des liens solides avec eux. Cela se concrétise par des collaborations pérennes et un travail en direct avec les bateaux.

La coquille normande est un produit haut de gamme, appréciée des consommateurs pour sa finesse. Le savoir-faire de l'entreprise s'illustre tout particulièrement dans la coquille Saint-Jacques Label Rouge, un label décerné à des coquilles sélectionnées et nettoyées à bord des bateaux, plus de 80% de coquilles corallées, des coquilles vendues au client final le lendemain de la vente en criée et une traçabilité du bateau à l'étal.

Les noix sont décoquillées et rincées à la main chaque nuit, dès réception par les équipes de Transgourmet Seafood. Un process qui garantit une fraîcheur optimale et préserve toute la saveur de cette superbe Saint-Jacques.





La praire

VENUS VERRUCOSA

► La praire commune est un bivalve. Elle a une coquille épaisse, équivalve, ornée de stries concentriques très marquées dont la couleur varie du blanc jaunâtre au blanc grisâtre.



ZONES DE PÊCHE

- Principalement pêchée à Brest et Granville
- Egalement côtes ouest de l'Angleterre, côtes ouest de l'Irlande, Espagne et côte Adriatique



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 3 kg



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Dragage à praire



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Elle peut se manger crue en l'ouvrant avec un couteau, elle se présente souvent sur un plateau de fruits de mer. Pour ce faire, glisser une lame très fine par l'arrière, et faire glisser sur le côté. Cuite, elle est préparée au four avec un beurre d'ail et une persillade.

Le vernis

Brillant, ce coquillage à la chair ferme, cru ou cuisiné.



Le vernis

CALLISTA CHIONE



USAGES

Leur taille permet de les farcir ou de les gratiner et en 10 min ils sont cuits. La chair du vernis est très ferme mais les amateurs l'aiment crue, croquante et iodée avec un filet de citron.

► Le vernis est un gros coquillage de 8 cm de diamètre en moyenne à la coquille ocre, lisse et brillante, d'où son nom. Il vit dans les sables et les eaux peu profondes le long des côtes de la Méditerranée et de l'Atlantique.



ZONES DE PÊCHE

- Du sud des îles Britanniques



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 3 kg



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Dragage



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Crustacés

+de **50%**

des achats sont des crevettes

+de **15 000**

tonnes en halles
à marée par an



Les crevettes

Grises ou roses, avec elles, c'est le bouquet.



La crevette monodon
PENAEUS MONODON

- La crevette tropicale Black Tiger ou encore appelée crevette tigrée, est originaire de l'Océan Indien et d'Asie (exemple : Madagascar) et est de grande taille. Crue, elle possède une couleur sombre et des rayures noires sur sa carapace d'où son nom « tigrée ». Ses yeux sont marrons.



ZONES DE PÊCHE OU D'ÉLEVAGE

- Océan Indien ou Asie



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Senne ou chalut



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Élevage en Bassin



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Entière, crue, calibre 10/15, 10/20, 21/30, 31/40, 41/60, 60/80, U10
 - Entière, cuite, calibre 10/20, 21/30, 31/40, 41/60, 61/80, U10
 - Décortiquée - Caisse de 2 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Évidemment, cette crevette peut être consommée cuite avec une mayonnaise. Mais ne vous privez pas des crevettes décortiquées. Dans un risotto, une paella ou un curry, elles seront des agréments de choix.



La crevette bouquet
PALAEON SERRATUS
LEANDER SERRATUS

- La bouquet porte un long rostre denté incurvé vers le haut. Son corps est translucide avec des stries rouge foncé ou marron. De nombreuses lignes longitudinales décorent également le céphalothorax et la queue. La base de la carapace est parfois parsemée de points jaunes. Les premières pattes se terminent par de petites pinces.



ZONES DE PÊCHE

- Basse-Normandie
- Baie de Granville
- Bretagne



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet
- Chalut de fond
- Chalut à perche
- Casier



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
 - Caisse de 2 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Crevette d'eaux froides à la chair réputée, le bouquet est un produit de luxe lorsqu'il est vendu vivant sur les étals. Sa vivacité est synonyme de qualité. Elle se déguste tout simplement cuite au court bouillon afin de ne pas altérer la finesse de sa chair.

Le saviez vous ?

Le calibre des crevettes correspond au nombre d'unités au kg. Par exemple pour un calibre 60/80, vous aurez entre 60 et 80 crevettes au kg. Pour un calibre U10, vous aurez 10 crevettes au kg.



La crevette Vannamei

PENAEUS VANNAMEI
LITOPENAEUS VANNAMEI

- Grosse crevette d'aquaculture tropicale à la carapace translucide de couleur grise homogène. Sa teinte est variable en fonction du sol sur lequel elle a été élevée. Cuite, sa carapace est d'une couleur rose unie et sa chair est blanche teintée de rose.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Amérique du Sud
- Asie du sud est



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin



CONDITIONNEMENT

- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Entière, cuite, calibre 30/50, 40/60, 80/100



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Les recettes à concevoir seront finalement assez proches de celles des autres espèces. Néanmoins, le goût des crevettes Vannamei n'est pas celui de la monodon. Alors peut-être faudra-t-il opter pour des idées de plats plus épicés, histoire de faire ressortir la saveur subtile d'une crevette somme toute excellente elle aussi.



La crevette grise

CRANGON CRANGON

- La crevette grise est un petit crustacé, sans rostre, au corps aplati, muni de cinq pattes palmées et cinq pattes de marche. Sa couleur est d'un gris-brun translucide. Sa carapace est constellée de taches plus sombres. Cuite, elle se reconnaît à sa carapace brune.



ZONES DE PÊCHE

- Manche
- Mer du Nord



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Filet
- Casier
- Chalut à perche
- Pêche à pied



CONDITIONNEMENT

- **Barquette sous atmosphère**
- Calibre moyenne, grosse, jumbo
- **Marée traditionnelle en caisse polystyrène**
- Vivante, caisse de 2 kg
- Cuite calibre moyenne, jumbo, caisse de 3 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Se déguste exclusivement cuite. À savourer en apéritif, ou décortiquée dans une salade.



La crevette bleue

LITOPENAEUS STYLIROSTRIS
PENAEUS STYLIROSTRIS

- Grosse crevette cousine de la Vannamei. Sa teinte est pâle et légèrement bleu vert. Sa chair est blanche. Cuite, la carapace devient rose unie et la chair se teinte de rose. Son goût iodé et sucré et sa texture ferme et juteuse en font un produit particulièrement apprécié des restaurateurs... et des Japonais.



ZONES D'ÉLEVAGE

- Nouvelle-Calédonie



TECHNIQUES D'ÉLEVAGE

- Bassin



CONDITIONNEMENT

- Colis de 2 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Très appréciée en apéritif ou en hors d'œuvre. Servez-la sur canapé ou toast avec du pamplemousse ou de l'avocat. Les crevettes se mangent également en salade.

L'araignée de mer

MAIA SQUINADO (Mer Méditerranée)
MAIA BRACHYDACTYLA (Océan Atlantique)

L'araignée de mer

Elle en a plein les pattes et sa chair est particulièrement savoureuse.

► Avec le tourteau, l'araignée de mer est l'un des crustacés les plus gros et des plus abondants d'Europe. Sa carapace est presque ronde, un peu plus longue que large, rouge et épineuse. L'araignée possède dix longues pattes et un double rostre à l'avant. Chez les mâles, les pinces sont bien développées et l'abdomen est triangulaire, tandis que les femelles ont de petites pinces et un abdomen large et arrondi.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est : des côtes norvégiennes à celles de Mauritanie



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Casier
- Filet droit
- Filet trémail



CONDITIONNEMENT

- Vivante



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Tout comme le tourteau, l'araignée de mer se consomme cuite mais s'achète aussi vivante. Dans ce cas, elle se fait cuire dans un court-bouillon bien parfumé puis se déguste froid avec une mayonnaise ou tout simplement un filet de jus de citron pour une version plus light.

Le crabe royal

Un crustacé king size pour une saveur inégalable.



Le crabe royal

PARALITHODES CAMTSCHATICUS
PARALITHODES CAMCHATICA



USAGES

N'hésitez pas à le goûter nature, un filet d'huile d'olive douce, un peu de sel et même pourquoi pas une mayonnaise ! Mais vous pouvez aussi le cuisiner, en salade par exemple avec avocat et pamplemousse, toujours des assaisonnements doux pour ne pas couvrir son goût. Un risotto fait avec un bouillon de coques, et dans lequel vous ajoutez cinq minutes avant la fin de cuisson des morceaux de crabe, devient un plat... royal !

► Le crabe royal est le plus grand crustacé au monde. Les plus beaux spécimens peuvent peser 15 kg pour presque 2 m d'envergure. Il en existe plusieurs espèces : rouge (le plus fréquent), bleu, brun, doré.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- Pacifique Nord
- Mer de Barents



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Casier
- Filet



CONDITIONNEMENT

- Pattes et pinces cuites



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



Le crabe vert / Le crabe enragé

CARCINUS MAENAS

Le crabe vert / Le crabe enragé

Ce petit enragé fait merveille dans la soupe.

► C'est le crustacé décapode le plus commun sur nos côtes. Il peut atteindre une largeur de 9 centimètres, et se caractérise par une couleur allant du vert au marron. Comme tous les crabes, le crabe vert présente un abdomen court et replié sous le céphalothorax et une première paire de pattes munie de pinces.



ZONES DE PÊCHE

• Atlantique Nord :
du sud de la Norvège à la Méditerranée
et du Canada au nord des États-Unis



TECHNIQUES DE PÊCHE

• Pêche à pied



CONDITIONNEMENT

- Vivant



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Il n'est pas une espèce très recherchée pour la consommation directe, notamment à cause de sa taille relativement modeste. Il est cependant apprécié comme ingrédient dans la préparation de sauces, de soupes, de bisques.

L'écrevisse

Passez au rouge avec ce petit crustacé d'eau douce.



L'écrevisse

ASTACUS ASTACUS
AUSTROPOTAMOBIOUS PALLIPES
ASTACUS LEPTODACTYLUS



USAGES

On apprécie l'écrevisse pour son goût et sa facilité à être cuisinée. Jusqu'à 7 fois plus gros que la crevette, ce crustacé est servi traditionnellement avec une mayonnaise. Les écrevisses peuvent être également cuisinées au court-bouillon ou en bisque. On aime son goût délicat et sa chair blanche bien tendre. Sa cuisson est délicate, il est donc nécessaire d'être attentif.

- L'écrevisse rouge, ou encore écrevisse noble (*Astacus astacus*), est indigène en Europe. Cette espèce a été quasiment décimée par la peste des écrevisses, une maladie provoquée par le champignon *Aphanomyces astaci*, vers 1870 ;
- L'écrevisse à pieds blancs, (*Austropotamobius pallipes*), indigène en Europe, très sensible aux caractéristiques de son milieu, est menacée d'extinction (inscrite sur la liste rouge de l'UICN) ;
- L'écrevisse à pattes grêles, (*Astacus leptodactylus*), originaire de Turquie et d'Europe orientale, se plaît dans les eaux calmes et chaudes.

► L'écrevisse est un crustacé d'eau douce. L'espèce la plus pêchée (Chine, USA, Espagne) et la plus abondante sur le marché européen est l'écrevisse rouge de Louisiane (*Procambarus clarkii*). De couleur sombre, elle devient rouge vif à la cuisson. Elle se reproduit très rapidement dans le milieu naturel. L'autre espèce la plus commercialisée en Europe est l'écrevisse turque ou écrevisse à pattes grêles (*Astacus leptodactylus*), qui provient d'Arménie, du Kazakhstan et d'Iran. L'écrevisse vit sur les fonds. Son régime, bien qu'essentiellement végétarien, est omnivore (insectes, larves, déchets...).



ZONES DE PÊCHE

• France
• Suisse
• Australie
• Turquie
• Arménie
• Chine



TECHNIQUES DE PÊCHE

• Pêche dans les marais et cours d'eau et rizières à la nasse ou à l'épuisette.
• Élevage en milieu naturel sans alimentation complémentaire.



CONDITIONNEMENT

- Vivante



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le homard

On en pince pour ce roi des crustacés.

Le homard européen

HOMARUS GAMMARUS

► Le homard européen est un gros crustacé décapode de couleur vert bleu avec des taches plus claires et un ventre blanc rosé. Il est pourvu de deux fortes pinces, l'une plus grosse dite «broyeuse» et l'autre dentelée, dite «coupante». Sa queue comporte six segments articulés. On ne peut le confondre avec la langouste dont les pinces ne sont pas développées.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Casier
- Chalut
- Filet



CONDITIONNEMENT

- Vivant
- Épâté



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

La façon la plus simple de cuire un homard est de le faire bouillir. La cuisson est terminée quand les pattes et les antennes se séparent aisément du corps. Compter 7 à 10 min pour 500 g et 2 à 3 min pour chaque 500 g supplémentaires. Si le homard fait le plus bel effet sur un plateau de fruits de mer, on peut aussi le servir seul en entrée ou en plat.



Le homard canadien

HOMARUS AMERICANUS



USAGES

Sa chair blanche, rose orangée en surface, est ferme et dense. Cuisez-le en le pochant dans un gros volume d'eau bouillante fortement salée. Comptez 15 minutes par kilo quand l'eau se remet à bouillir. Il se cuisine comme son cousin européen, même s'il n'en a pas la finesse de goût.

► Le homard américain possède un dos vert bronze et un ventre orangé à la différence de son cousin européen au dos bleu et au ventre blanc rosé. Sa carapace porte souvent de nombreuses taches sombres. Le dessous de son rostre (l'appendice pointu situé entre les deux yeux de l'animal) est pourvu de petites dents, ce qui le distingue aussi du homard européen au rostre lisse.



ZONES DE PÊCHE

- Canada
- États-Unis



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Casier appâté
- Chalut
- Filet



CONDITIONNEMENT

- Vivant



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



L'étrille

NECORA PUBER

L'étrille

Un petit crabe qui joue dans la cour des grands.

► Elle se caractérise essentiellement par sa dernière paire de péréiopodes, transformée en véritable paire de pattes natatoires (ou palettes natatoires) par un aplatissement des deux derniers segments. Sa carapace trapézoïdale, assez plate, mesure entre 7 et 15 cm de large ; elle est recouverte dorsalement d'une fine pubescence. La région frontale de la carapace est découpée en 7 à 10 dents de longueur inégale. Ses yeux sont d'un rouge typique de l'espèce, tandis que le corps varie du marron au noir. Les pinces ont des reflets bleuâtres et des aspérités sur leurs bords internes. L'étrille utilise ses pinces munies de dents pointues pour découper sa nourriture.



ZONES DE PÊCHE

- Le long de la côte Nord-Est de l'océan Atlantique, du sud de la Norvège au Sahara occidental.
- Dans une moindre mesure, en mer Méditerranée, et en mer Noire.



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Pêche à pied à marée basse



CONDITIONNEMENT

- Vivante



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



USAGES

Sa chair est excellente et s'apparente à celle du homard.

Pour cuire l'étrille, jetez-la dans l'eau bouillante et laissez cuire 20 minutes. Elle peut alors être dégustée telle quelle. En soupe, elle est également délicieuse !

La langouste rouge européenne

Pas de pinces mais de longues antennes pour ce crustacé très branché.

La langouste rose



La langouste rouge européenne
PALINURUS ELEPHAS

La langouste rose ou La langouste de Mauritanie
PALINURUS MAURITANICUS

► Ce grand crustacé, dépourvu de pinces, mesure jusqu'à 50 cm et pèse jusqu'à 4 kg. Le corps, segmenté, est recouvert d'une carapace chitineuse, rougeâtre à brunâtre, avec deux taches jaunâtres sur chaque segment abdominal. Les pattes et les antennes sont rayées de brun et de jaune. La tête est couverte de fortes épines et porte deux yeux composés à facettes protégés par deux cornes frontales triangulaires, deux petites antennes (antennules), deux antennes dirigées vers l'arrière et plus longues que le corps, deux mandibules broyeuses et quatre mâchoires à lames coupantes. Le thorax porte trois paires de pattes-mâchoires, les maxillipèdes dont une rame sert à l'ingestion des aliments et à l'entretien d'un courant d'eau respiratoire et cinq paires de pattes locomotrices, les péréiopodes. La respiration se fait par des branchies logées dans les branchiostégites. L'abdomen porte six paires d'appendices biramés (pléopodes) dont les deux premières constituent un critère de dimorphisme sexuel.



ZONES DE PÊCHE

- Du nord de l'Écosse au sud du Maroc, en mer Méditerranée et en mer Egée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Principalement au casier
Aussi au chalut, filet et en plongée



CONDITIONNEMENT

- Vivante



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



ZONES DE PÊCHE

- Du nord de l'Irlande au sud du Sénégal et en mer Méditerranée occidentale



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Principalement au casier.
Également au chalut, filet et en plongée



CONDITIONNEMENT

- Vivante



SAISONNALITÉ

J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D



USAGES

Sa chair, de couleur blanche et mate, se caractérise par une texture ferme et une saveur iodée bien typée. La langouste rose est celle qui se rapproche le plus de la langouste rouge, bien que sa chair soit moins fine. La langouste rouge est considérée comme la meilleure des langoustes. Servie à toutes les sauces, la langouste est grillée à la sauce coriandre, bouillie aromatisée au cumin et même mise en quenelle !





La langoustine

La belle demoiselle
à cuisiner tendrement.

La langoustine

NEPHROPS NORVEGICUS

► Plus proche du homard que de la langouste malgré son nom, la « demoiselle de la mer » qui mesure de 8 à 25 cm, doit sa réputation à la délicatesse de sa chair.
La langoustine est un crustacé décapode de couleur jaune clair, légèrement orangé.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est
- En Manche
- En mer Celtique, en mer d'Irlande, à l'ouest de l'Écosse, en Kattegat/Skagerrak, en mers du Nord et de Norvège, dans le golfe de Gascogne et en Méditerranée.



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Chalut de fond
- Casier



CONDITIONNEMENT

- Vivante
- Crue
- Cuite
- Queue



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



USAGES

Sa chair est très tendre, fine, blanche et délicate et s'avère croquante sur un produit frais et bien cuit.

En matière de cuisson, c'est la simplicité qu'elle préfère : juste pochée pas plus de 3 min à l'eau frémissante, sinon la chair devient cotonneuse. La grosse langoustine dite « royale » est surtout destinée à être grillée.

Le pouce-pied

Une pêche à pied
pour un crustacé
qui se mange
sur le pouce.



Le pouce-pied

POLLICIPES POLLICIPES

► Cet étrange animal tient son nom de sa ressemblance à un pouce dressé mais certains l'appellent operne, pied de biche, pas-e-bez en Bretagne ou Lanterna au Pays basque.
Il apprécie les zones rocheuses soumises aux fortes houles et peut vivre jusqu'à 20 ans et se trouve sur les étiols d'une taille de 21 à 23 mm lorsque le poids de chair correspond au quart du poids de l'animal. Sa valeur gustative est reconnue depuis longtemps mais de par sa croissance lente, le pouce-pied est une espèce fragile à exploiter.



ZONES DE PÊCHE

- Façade atlantique : de la Bretagne au Sénégal, en passant par Gibraltar



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Il est pêché par une méthode de raclage de la roche et parfois nécessite des descentes en rappel pour les atteindre le long des falaises.



CONDITIONNEMENT

- Caisse de 5-6 kg



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D

Le tourteau

Ce gros dormeur
réveillera
vos papilles.



Le tourteau

CANCER PAGURUS

► Il possède une carapace lisse et ovoïde, toute en largeur, de couleur brique. Les pinces sont très fortes, surtout chez le mâle, et suscitent un marché spécifique. Le tourteau est pêché principalement au casier. Les pêcheurs en ramènent occasionnellement dans leurs filets et chaluts. Souvent, le tourteau est également appelé crabe dormeur ou dormeur. Dans certaines régions, on l'appelle aussi poinclos. C'est le crabe le plus pêché en Europe, en particulier par le Royaume-Uni, l'Irlande et la France. Sa qualité est optimale en fin d'été et automne. Elle se caractérise par une plus grande vivacité et un meilleur taux de chair.



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord-Est, de la Norvège au Maroc
- Mer Méditerranée jusqu'en mer Egée



TECHNIQUES DE PÊCHE

- Casier
- Filet
- Chalut de fond



SAISONNALITÉ

J F M A M J J A S O N D



CONDITIONNEMENT

- Barquette sous atmosphère
- Cuit
- Marée traditionnelle en caisse polystyrène
- Vivant
- Pinces cuites
- Tourteau ou demi tourteau cuit
- Épatté
- Sous-vide
- Cuit



USAGES



USAGES

Poché au court-bouillon, il est servi tiède avec une mayonnaise ou une vinaigrette comme la plupart des crustacés. Il peut aussi s'associer à des coquillages ou se déguster en salade.

Sa chair est assez grossière mais dense et goûteuse. Il se consomme cuit mais peut s'acheter vivant. Dans ce cas, il faut le cuire dans un court-bouillon bien parfumé puis se déguste froid avec une mayonnaise ou simplement un filet de jus de citron pour une version plus légère. En plat, comptez 1 crabe de 500 g environ par personne.

Fumaisons

Environ **20%** des produits
traiteurs
de la mer

Le saumon représente
les **2/3** des poissons fumés
vendus en France.



Le filet de hareng fumé

CLUPEA HARENGUS

► Le grand classique, le hareng mis en œuvre est d'origine des Mers du Nord, pêché dans les eaux froides au large de la Norvège. Son salage est très doux et son fumage délicat s'effectue dans des fours à l'ancienne appelés coresses, méthode verticale pour une meilleure répartition des fumées. Il est ensuite épluché ce qui donnera aux filets ses reflets argentés.

Marque :

- JC DAVID



CONDITIONNEMENT

- Filet sous-vide 1 kg
- Ballotin
- Filet à l'huile 250 g
- Filet de hareng mariné 2 kg



ZONES DE PÊCHE

- Atlantique Nord Est



USAGES

On le déguste en filets marinés à l'huile et servis avec des pommes de terre tièdes. Il peut être accompagné de pommes, leur goût acidulé rehausse la finesse de sa chair.

Le saviez vous ?

Historique et populaire, poisson des mers froides par excellence, le hareng a eu une importance économique considérable dès le Moyen-Age. Salé, séché, fumé puis conservé dans des barriques, il pouvait être facilement transporté à l'intérieur des terres. C'était un aliment peu coûteux surtout pendant les périodes de gel alors que les autres denrées se faisaient rares. Étroitement lié à la culture et au folklore des pays du Nord, on lui accorde même au Moyen-Age de multiples vertues médicinales.

L'anguille fumée

ANGUILLA ANGUILLA



► C'est un poisson rond de rivière mais rarement d'étang, d'une taille comprise entre 50 à 60 cm en moyenne pour un poids de 200 à 600g à l'âge de 4 à 5 ans. Il se fume à froid (25°C environ).



CONDITIONNEMENT

- Entière
- En filet



ORIGINE

- France
- Atlantique Nord Est



USAGES

Sa chair, très fine en bouche, est assez grasse. A déguster en lanière sur une salade, en petits morceaux pour l'apéritif ou dans une assiette nordique en complément du saumon fumé, tarama et œufs de saumon.

Le flétan fumé

REINHARDTIUS HIPPOGLOSSOIDES



► Issu des pêches artisanales pratiquées au large du Groenland, notre flétan est fumé traditionnellement à froid au feu de bois.



CONDITIONNEMENT

- Filet entier
- Filet prétranché



ORIGINE

- Atlantique Nord



USAGES

Sa belle chair blanche est très savoureuse et saura sublimer vos salades.

Le filet de maquereau fumé



► Ce produit est un grand classique de la salaison, d'un moelleux et d'une saveur remarquables.



CONDITIONNEMENT

- Au poivre
- Aux herbes
- Aux oignons



ORIGINE

- Atlantique Nord Est



USAGES

Il se consomme l'été plutôt froid et en salade, et l'hiver, réchauffé au four accompagné de pommes vapeur.

Les œufs de cabillaud fumés à froid



► Pour concocter un tarama maison ou donner à un plat cuisiné un incomparable fumet et des saveurs iodées...



CONDITIONNEMENT

- Sous-vide
- Poche de 150 g



ORIGINE

- Atlantique Nord Est



USAGES

Avant de réaliser votre tarama, faites mariner vos œufs de cabillaud dans un jus de citron. Pour lui donner une jolie couleur rose, ajoutez à votre émulsion quelques gouttes de jus de betteraves.

La poutargue



USAGES

La poutargue possède une texture douce mais collante, légèrement confite, qui permet une bonne présence en bouche. Sa saveur est iodée, puissante et forte en poisson, il convient pour l'apprécier pleinement, de la marier avec des mets simples et légers. Avec des pâtes, des œufs brouillés, du riz ou sur de simples toasts, la poutargue suffit à magnifier le plat et permet d'apprécier tous ses parfums.

► Aussi appelée boutargue, c'est une spécialité présente dans les pays du pourtour Méditerranéen.

La poutargue est une poche d'œufs de mulot, salée et séchée. C'est une spécialité rare et luxueuse, connue depuis l'antiquité. La poutargue trouve l'origine de son nom du Provençal (boutargo) et de l'Italien (bottarga). De par ses qualités gustatives et son raffinement, on le nomme aussi « caviar de Méditerranée ». Raffinée, puissante en saveur et complexe en parfum, la poutargue est un mets délicat à découvrir dans les recettes.



CONDITIONNEMENT

- Pièce de 150 g



ORIGINE

- France



Le saumon fumé

SALMO SALAR

- Une fois livré, le saumon est salé au sel sec et parfumé d'un mélange d'épices savamment dosé. Il est ensuite pendu sur les racks, puis fumé à l'ancienne dans les fours à bois de chêne. Son salage subtil et son fumage lent à la corde (le poisson est suspendu par la queue près de 24 h) lui assurent une saveur incomparable.



CONDITIONNEMENT

- Filet entier
- Filet entier ficelle
- Filet ficelle tranché main
- Filet entier à l'aneth
- Filet prétranché à l'aneth
- Filet tranché machine
- Filet tranché main
- Baron
- Dos
- Tranchettes
- Cœur
- Chutes



ORIGINE

- Irlande
- Norvège
- Écosse



USAGES

La chair tendre et la saveur délicate du saumon fumé en fait un mets festif des plus appréciés. Il se déguste généralement en entrée, accompagné d'une sauce crémeuse parfumée au citron et/ou à l'aneth.

Il est possible d'intégrer le saumon fumé dans des recettes cuites : cakes salées, sauce pour les pâtes, muffins apéritifs par exemple.



USAGES

Il s'accompagne très bien de lentilles, de riz et de crème. Vous pouvez déguster le haddock froid, poché (au lait comme en Écosse).

Le haddock JC DAVID

MELANOGRAMMUS AEGLEFINUS

- Le haddock n'est autre que de l'églefin fumé. Contrairement aux autres filets fumés (harengs ou maquereaux), l'églefin est un poisson à chair maigre qui ne fonce ni ne colore au fumage. Après éviscération et étêtage, les églefins sont salés quelques minutes en saumure. Un colorant (le rocou, qui teint aussi les fromages de Hollande) est incorporé dans la saumure, ce qui confère une couleur orange spécifique au produit. Le fumage est réalisé à froid. Contrairement aux autres filets fumés (harengs ou maquereaux), l'églefin est un poisson à chair maigre qui ne fonce ni ne colore au fumage. Après salage, il est rincé dans un bain additionné de Rocou puis rapidement fumé pour préserver sa fraîcheur à toutes les étapes de sa fabrication. JC David privilégie un salage très doux qui respecte bien sa saveur et un fumage.



CONDITIONNEMENT

- Filet moyen 11/14 pièces
- Filet gros
- Caisse de 3 kg



ORIGINE

- Atlantique Nord Est



TECHNIQUES DE PÊCHE

- L'églefin utilisé par J.C. David pour la préparation de son haddock provient de Norvège, d'Écosse ou du large des côtes Bretonnes (d'où son nom Anon de Bretagne).



ORIGINE

Hervé DIERS

Boulogne-sur-Mer, Pas-de-Calais



Retrouvez son histoire en flashant ce code
ou sur www.transgourmet.fr/origine

N

OTRE PRODUCTEUR

de POISSONS FUMÉS



J.C. David : du poisson, du sel, du feu.

C'EST LA PLUS ANCIENNE SAURISSEURIE ARTISANALE D'EUROPE, CLASSÉE ENTREPRISE DU PATRIMOINE VIVANT.

À la tête de l'entreprise J.C. David, Hervé Diers perpétue à Boulogne-sur-Mer la tradition du hareng saur selon une recette immuable : du sel et du feu. Et surtout le temps nécessaire pour faire d'un poisson ordinaire un produit exceptionnel. Il faut cinq jours pour que le sel pénètre doucement les chairs et que la fumée lèche ses flancs. Un savoir-faire unique et surtout un processus naturel, basé sur des gestes ancestraux et un matériel presque centenaire : des fours à bois soigneusement entretenus, les coresses, veillés par le maître fumeur et alimentés exclusivement avec du chêne local. Ce qui permet, comme pour le vin, d'affiner un peu plus encore le goût.

Chaque poisson est salé individuellement à la main, puis embroché sur des longues barres avant la mise au four, pendant 24 à 48h à 30°C. Outre les harengs, dans ces fumeurs passent également des maquereaux, de l'églefin et du saumon. Les ballotineuses lèvent ensuite les filets, toujours à la main, et les désarêtent soigneusement de la pointe

d'un couteau avant de les conditionner.

Le best-seller est le hareng doux, à la chair moelleuse et à la saveur douce. Un produit de choix, plébiscité par les chefs, aussi bien pour la cuisine bistrotière que gastronomique. Moins connu, le hareng côtier révèle lui plus de caractère, du fait d'une maturation longue en cuve de sel. Deux produits d'excellence qui font la renommée et la fierté de J.C. David.



Le sprat *ENGRAULIS ENGRASICOLUS*



► Connu également sous le nom de menuise ou anchois de Norvège, le sprat est un petit poisson fumé des pays baltes qui offre un goût puissant et terriblement tendance.



CONDITIONNEMENT

- Entier



ORIGINE

- Atlantique Nord Est



USAGES

À déguster classiquement avec du pain et de beurre, il est aussi fabuleux sur des tartines de ricotta, accompagnés d'un peu de roquette et de tomates. Il permet également de revisiter nos salades niçoises et apéritifs, ou en version chaude : nos quiches de la mer, et autres « Harengs pommes à l'huile ». Le plaisir vient de sa texture ferme et fondante à la fois.

Le thon fumé



► Poisson fumé à froid comme la plupart des poissons dont la chair est fragile.



CONDITIONNEMENT

- Filet



USAGES

Il se déguste en tranches fines sur des toasts, coupé en petits morceaux ou associé à des salades ou encore des tagliatelles à la crème. Il est enfin et surtout à découvrir à l'heure de l'apéritif. Notre conseil ? Savourez le en dés servis avec notre tarama pour une explosion de saveurs...

La truite fumée *ORCORHYNCHUS MYKISS*



► Salage au sec à température contrôlée, puis fumage au bois pour une texture affinée et un goût équilibré.



CONDITIONNEMENT

- Filet de 125 g
- Filet prétranché



ORIGINE

- Élevage France



USAGES

Elle s'accommode aussi bien d'une recette au raifort qu'en terrine avec des concombres ou encore en croustillant.

Les taramas



► Le tarama d'oursin - Le tarama blanc - Le tarama rose
Spécialité traditionnelle du bassin méditerranéen, principalement de la Grèce, le tarama est une préparation culinaire à base d'œufs de cabillaud salés et fumés mêlés à de la mie de pain, de l'ail, du citron et de l'huile d'olive. Si elle est le plus couramment réalisée avec des œufs de cabillaud, cette recette comporte de nombreuses variantes.

Rose : le plus courant ; sa couleur est obtenue avec un colorant alimentaire, le jus de betterave.

Blanc : l'original

Corail d'oursin : 5% de corail d'oursin dans cette recette pour apporter un parfum plus iodé et floral.



CONDITIONNEMENT

- Pot de 100 g, de 500 g et de 1 kg



USAGES

Servi sur des tartines ou avec des blinis, relevé d'un zeste de citron, le tarama demeure un mets de choix en entrée ou à l'apéritif. Cette variante au corail d'oursin est un délice.

Saurisserie

Les crevettes cuites réfrigérées représentent
+de 17% des produits traiteur
réfrigérés de la mer, et ne sont pas comptabilisés
dans la famille crustacés.

En France,
13 espèces sont autorisées
par les autorités sanitaires
pour la consommation .





Le caviar Oona Millésime

Le seul caviar 100% d'origine Suisse.



Le saviez vous ?

Il faut au moins 7 ans jusqu'à ce que l'esturgeon ait atteint l'état de maturité en vue de la récolte de caviar.

Le caviar Oona est garanti sans agents conservateurs (substance E) tels que le borax ou autres.

Le caviar Oona Millésime

ACIPENSER BAERI

- Le seul caviar 100% d'origine Suisse. Oona est dérivé du celtique et signifie l'unité, l'unicité et l'exception. C'est grâce à l'eau des montagnes des Alpes Bernoises naturellement pure et chaude que le premier élevage d'esturgeons alpins a pu être créé pour obtenir ce caviar qui jouit d'une saveur pure incomparable. Le goût intense et la couleur noir éclatant caractérisent ce caviar. Arrivé à pleine maturité au bout de quelques mois, il déploie toute sa saveur gustative. La pasteurisation et le conditionnement en verre du caviar préservent la fermeté des perles et permettent de le conserver longtemps.



ORIGINE

- Alpes Bernoises, en Suisse



CONDITIONNEMENT

- Pot de 50 g, 125 g



USAGES

Oona caviar Millésime est parfaitement adapté pour ennoblir des recettes et plats, notamment le tartare de bœuf.



Les œufs de saumon



► Les œufs de saumon sont des œufs de poisson qui proviennent des femelles saumon. De couleur orange avec un goût iodé, ces œufs sont un peu plus gros que les œufs de lump.



CONDITIONNEMENT

- Pot de 100 g
- Pot de 500 g



USAGES

Ce mets délicat et précieux qu'on appelle parfois « caviar rouge » se déguste sur des toasts à l'apéritif ou dans une salade aux notes marines.

Les œufs de truite



► Nos œufs de truite sont issus d'élevages européens de truites arc-en-ciel. C'est à la période de ponte entre octobre et novembre que ces œufs sont prélevés. Vous bénéficierez alors d'un produit aussi séduisant à l'œil qu'au palais.



CONDITIONNEMENT

- Pot de 90 g



USAGES

Véritable produit de luxe, très apprécié à l'apéritif, ou en décoration de vos plats de poisson.

Les œufs de lump (noir ou rouge)



► Les œufs de lump sont des œufs de poisson au parfum iodé. Alors que le caviar provient de l'esturgeon, les œufs de lump proviennent, eux, d'un petit poisson pêché dans l'Atlantique Nord et en mer Baltique appelé lump (ou lompe). De couleur naturellement grise, ces œufs sont le plus souvent colorés en rouge ou en noir pour les rendre plus appétissants.



CONDITIONNEMENT

- Pot de 100 g
- Pot de 340 g



USAGES

Les œufs de lump peuvent se déguster à l'apéritif, servis sur des toasts ou dans des verrines avec, par exemple, de la crème citronnée ou de la purée d'avocat. Ils se marient également très bien avec des œufs brouillés.

Les blinis



► Le blini est l'accompagnement « obligé » de nombreux plats festifs. Nous vous proposons deux formats, soit de « grands » blinis individuels « classiques », soit des mini blinis qui serviront de support à vos « canapés cocktails ».



CONDITIONNEMENT

- Gros (paquet de 4)
- Mini (paquet de 16)
- Cocktail (paquet de 30)

Encre de seiche

► L'encre de seiche, aussi appelée sépia est un liquide riche en mélanine présent dans la poche de la seiche que cette dernière éjecte pour se protéger et s'extraire de situations dangereuses. À l'origine, arme de défense utilisée contre des prédateurs, l'encre de seiche a une toute autre fonction en gastronomie : donner une petite touche d'originalité en colorant de manière naturelle des plats aussi bien sucrés que salés. Une coloration noire profonde avec un goût peu marqué.



Suggestion de présentation.



CONDITIONNEMENT

- Pot de 500 ml



USAGES

Souvent employé pour colorer les risottos, les pâtes ou les calamars, l'encre de seiche peut aussi servir d'assaisonnement dans une vinaigrette, colorer une chantilly pour accompagner des veloutés de poissons, et donner de la couleur aux pains burger et même aux coques de macarons garnies de crème de poireaux ou de parmesan.

Le corail d'oursin



► Le corail est la partie comestible des oursins.



USAGES

Il se déguste volontiers cru, tout simplement avec du pain et du beurre ou agrémenté de jus de citron et d'échalotes. Sa saveur fortement iodée permet aussi de réaliser des sauces très parfumées pour accompagner un poisson.

Écrevisses en saumure



CONDITIONNEMENT

- Pot de 900 g

Crevettes en saumure



CONDITIONNEMENT

- Grosse - pot de 900 g
- Moyenne - pot de 900 g

Crevettes grises cuites



CONDITIONNEMENT

- Barquette sous atmosphère protectrice de 1 kg

Les terrines

Inspirées de la gastronomie bretonne, nos terrines sont riches en matières premières nobles et ne contiennent ni colorant artificiel, ni conservateur. La cuisson sous vide suffit amplement à assurer leur conservation et leurs saveurs.



CONDITIONNEMENT

- Terrine de 1,6 kg
- Colis de 2



ORIGINE

- Produit en Bretagne

La terrine à la lotte à la provençale



► Préparation à base de poisson blanc et lotte de Chine.

Principaux ingrédients :

Poisson blanc 22% (Pollacchius virens (FAO 27) ou Molva molva (FAO 27) ou Gadus morhua (FAO 27)), filet de lotte de Chine 20% (Lophius litulon Chine), encornet géant, légumes 11% (dont poivrons rouges et jaunes, courgettes), crème fraîche, œufs...

La terrine au loup de mer aux petits légumes



► Préparation à base de poisson, légumes, encornet, loup de mer.

Principaux ingrédients :

Poisson blanc 17% (Pollacchius virens (FAO 27) ou Molva molva (FAO 27) ou Gadus morhua (FAO 27)), légumes 15% (carottes, petits pois, haricots verts), pulpe d'encornet géant 13% (Dosidicus gigas - Pérou), filet de loup de mer 10% (Anarhichas lupus - Islande), crème fraîche, œufs...

La terrine de saint-jacques au muscadet



► Principaux ingrédients :

Poisson blanc 21% (Pollacchius virens (FAO 27) ou Molva molva (FAO 27) ou Gadus morhua (FAO 27)), chair de Saint-Jacques 15% (Chamys opercularis Iles Féroé), encornet géant (Dosidicus gigas - Pérou), crème fraîche, œufs, Muscadet 1,3%

La terrine océane au saumon



► Principaux ingrédients :

Pulpe de saumon 56% (Salmo salar - Écosse, Irlande, Norvège, France, Chili), crème fraîche, œufs, aneth...

La terrine aux langoustines

► Préparation à base de saumon et langoustine

Principaux ingrédients :

Chair de saumon 20% (Salmo salar - Écosse, Irlande, Norvège, France, Chili), pulpe de langoustine 10% (Nephrops norvegicus (FAO 27)), crevettes, pulpe d'encornet géant, carottes, pulpe de homard, crème fraîche, œufs...



Les algues

La Salicorne



► Salicorne, passe-pierre ou haricot de mer, autant de noms pour désigner cette plante sauvage comestible qui pousse dans les prés salés de la Baie de Somme et plus généralement sur le littoral atlantique. On la reconnaît à ses petites ramifications renflées et à son goût iodé. La salicorne, récoltée par les pêcheurs à pied, se consomme crue ou cuite et se cuisine comme les haricots verts. Ce légume de mer croquant riche en vitamine et en oligo-éléments est sans conteste un aliment à découvrir.



CONDITIONNEMENT

- Pot de 500g (300g égoutté)
- Bourriche de 2 à 3 kg



USAGES

Les salicornes se dégustent revenues à la poêle avec de l'ail et du persil ou encore avec de la crème fraîche. Elles peuvent garnir une omelette ou farcir un poisson ou tout simplement accompagner des plats de viandes, de poisson et de légumes.

Le Haricot vert de mer

HIMANTHALIA ELONGATA



► Appelé également spaghetti de mer. C'est une algue brune, correspondant à de longs filaments (1 à 3 mètres) que l'on trouve lors des grandes marées. Elle est cultivée sur les côtes bretonnes.



USAGES

En cuisine sa tendreté et sa saveur iodée se marient très bien avec des légumes, potages, poissons, riz... Sa forme allongée et sa couleur vert foncé se travaillent comme des haricots verts. Le haricot de mer permet des créations et décorations culinaires originales. Il est possible d'adoucir son goût par un passage à la vapeur. Temps de cuisson maximum : 30 minutes. Le Haricot de mer séché demande une réhydratation d'environ 10 minutes dans un fond d'eau, et reprendra 4 à 5 fois son volume sec.

La Dulse

PALMARIA PALMATA



► La Dulse est une algue rouge qui prospère dans les eaux côtières froides de l'Atlantique et du Pacifique. Elle est cultivée avec succès le long des côtes bretonnes.



USAGES

La Dulse a un goût unique, à la fois doux et corsé, iodé, voire de noisette, que l'on pourra associer à beaucoup d'autres saveurs. En paillettes ou finement hachée, la Dulse s'associe crue en salade, avec une sauce. Son goût corsé se développe en cuisson, et se marie aux poissons (elle se cuit en quelques minutes et en se réhydratant reprendra 4 fois son poids).

La Laitue de mer

ULVA LACTUCA



- C'est une algue d'un joli vert, elle est souple et fine. Sa couleur vient de la présence de chlorophylle et sa résistance au déchirement, à sa constitution en fibres élastiques (protéines). Il est important de la stocker à l'abri de la lumière (dans le cas contraire elle va blanchir).



USAGES

Au niveau goût la laitue est fraîche et corsée. La laitue de mer est ferme et demande une cuisson d'une quinzaine de minutes. Elle se cuisine de multiples manières, avec des salades, des poissons etc...

Le Wakame

UNDARIA PINNATIFIDA



- Le Wakame est une algue brune arrivée avec l'huître japonaise transplantée en Bretagne ; cette algue aime les courants violents et froids. Elle est très populaire en cuisine japonaise et coréenne. C'est une algue en forme de lobe qui intervient surtout dans la confection de salades et de soupes (ex : soupe miso).



USAGES

En cuisine : c'est un mélange subtil de saveurs marines, un léger goût d'huître. Sa texture est tendre et douce et d'une couleur vert foncé (rappelant les épinards). Avec la présence d'acide glutamique, elle rehausse le goût des aliments qu'elle accompagne. Il est conseillé de la réhydrater 10 minutes dans un peu d'eau froide, elle prendra 10 fois son poids et 4 fois sa taille.

La Nori

PORPHYRA TENERA



- La Nori est une algue de couleur violette aux reflets pourpres, utilisée dans la cuisine nippone depuis des siècles et cultivée sur le littoral selon les méthodes traditionnelles.



USAGES

Sa saveur est douce, discrète et des plus parfumées, saveur de thé fumé, de champignon séché. C'est l'algue la plus consommée au monde. C'est une algue fine comme un voile. Grillée, elle passe à une couleur verte. Son goût rappelle les champignons, et permet un parfait mariage avec le pain, les salades, les poissons, galettes, bouillons, légumes... Les feuilles de Nori sont utilisées pour concevoir des maki-sushi.

Le Tartare d'algues



- Mélange d'algues fraîches marinées et assaisonnées. 100% végétal. Préparation à base de spaghetti de mer, wakame, laitue de mer, dulse.



CONDITIONNEMENT

- Seau de 1 kg.



USAGES

Vous pouvez utiliser le tartare d'algues de multiples façons : pour accompagner du poisson grillé ou du saumon fumé, à tartiner sur des toasts ou pour assaisonner des crudités ou des légumes vapeur, à utiliser comme pesto sur les pâtes ou comme base pour les sauces ou tout simplement à servir en entrée sur un avocat.

Le saumon farci à la printanière



► Pré-tranché.

Principaux ingrédients :

Saumon 75% (*Salmo salar* - origine Norvège / Irlande), Farce 25% : poisson blanc (*Polacchius virens* FAO 27) ou *Molva molva* (FAO 27) ou *Gradus morhua* (FAO 27)), légumes (carottes, petits pois, courgettes)...



CONDITIONNEMENT

- Pièce d'environ 3 kg

La marinade de poulpe



► Principaux ingrédients :

Poulpe 34% (*Octopus vulgaris* (FAO 87) ou *Octopus cyaneus* (FAO 87) ou *Enteroctopus megalociathus* (FAO 87), tentacules d'encornet géant (*Dosidicus gigas* - Pérou), poivrons verts, jaunes et rouges, oignons, huile de colza, vinaigre...



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 1 kg, 2 kg



USAGES

Riche en saveurs et haute en couleurs, elle peut être dégustée telle quelle ou servir de base en laissant libre cours à votre imagination !

Le rouleau de surimi



► Préparation à base de chair de poisson aromatisée au crabe.



CONDITIONNEMENT

- Pièce de 1 kg, 2 kg



USAGES

Nature sur un lit de salade ou «toasté» avec une cuillère de tapenade, d'œufs de lump ou de caviar, il a toute sa place dans vos assiettes !

Les miettes de surimi



► Préparées à partir de poisson 100% sauvage.



CONDITIONNEMENT

- Sachet de 500 g



USAGES

Vous permet de réaliser tous types de salades des plus classiques au plus sophistiquées et de nombreuses recettes gourmandes : quiches, cakes, pizza...

Le cocktail de fruits de mer



► Assortiment de fruits de mer cuits, en saumure.

Principaux ingrédients :

Mollusques 22% (moules *Mytilus edulis* pêchées en océan Atlantique, arches *Anadara antiquata* pêchées en océans Pacifiques et Indien, Vénus *Paphia undulata* pêchées en océans Pacifique et Indien), encornet géant 12% (*Dosidicus gigas* pêché en Océan Pacifique), anneaux de calamar 10% (*Loligo spp* pêché en océans Pacifique et Indien), crevettes 6,6% (*Penaeidae* pêchées en océans Pacifique et Indien)



CONDITIONNEMENT

- Seau de 1,5 kg - PNE : 900 g



USAGES

À préparer froid ou en salades composées ou chaud au cœur de pizzas, bouchées à la reine, vol-au-vent, riz ou pâtes.

La salade de fruits de mer



► Principaux ingrédients :

Fruits de mer 32% (moules *Mytilus chilensis* - Chili, Calamars *Loligo cluvaucelli* - Inde ou *Uroteuthis singhalensis* - Thaïlande, crevettes *Parapeneopsis stylifera* - Inde ou *Meta Panaeus dobscini* - Inde ou *Panaeus indicus* - Bangladesh), oignons, poivrons rouges et verts, surimi, olives, tomates...



USAGES

Riche en saveur et haute en couleurs, elle peut être dégustée telle quelle ou servir de base en laissant libre cours à votre imagination !

Les moules sous vide



Moules de Bouchot

Moules de Hollande

Moules déco

Moules déjà cuites et décoquillées.



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 1,4 kg



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 2 kg, 10 kg



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 1 kg



USAGES

En apéritif, en salade, en risotto ou dans une poêlée de légumes.

Les coques sous vide



► Coques déjà cuites et décoquillées.



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 1 kg



USAGES

Elles peuvent être dégustées dans une salade composée, sur une tranche de pain beurrée ou avec un peu de mayonnaise.

Les anchois à l'huile



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 200 g, 1 kg
- Boîte en fer de 250 g, 800 g
- Seau de 1,180 kg



USAGES

Les préparations à base d'anchois sont très nombreuses dans la tradition culinaire méditerranéenne : anchoïade, beurre d'anchois, pissaladière, etc...
Il se marie très bien à la pomme de terre, s'apprécie en toasts pour accompagner une tapenade, des légumes provençaux ou tout simplement des pâtes.

Les anchois à l'orientale



► Envie de découvrir d'autres saveurs, les anchois marinés à l'orientale vous emmènent directement en Orient... Salage très doux. Épicés à souhait.



CONDITIONNEMENT

- Barquette de 200 g, 1 kg



USAGES

Délicieux pour l'apéritif, en tapas ou en plat froid dans une salade de pommes de terre par exemple.

Les rollmops



► Filets de hareng avec peau ayant subi un marinage au vinaigre présentés roulés autour d'oignons émincés maintenus par un pic en bois dans une sauce de couverture vinaigrée et aromatisée.



CONDITIONNEMENT

- Seau de 25 pièces (3 kg environ)



USAGES

Accompagnés d'une salade de pommes de terre ou de légumes, d'une pomme de terre au four ou à la vapeur ou de frites et de mayonnaise.

La sardine à l'huile



CONDITIONNEMENT

- À l'huile d'olive (conserve de 100 g, 280 g).
- Marinées au basilic (pot plastique de 1 kg).



USAGES

À déguster simplement sur du pain ou pour accompagner des féculents, vous pouvez également utiliser des sardines à l'huile en rillettes ou en feuilletés

La chair de tourteau et la chair de crabe



La chair de tourteau



CONDITIONNEMENT

- Sachet de 500 g

La chair de crabe



CONDITIONNEMENT

- Pot de 454 g



USAGES

Prête à cuisiner, elle convient à toutes les préparations froides ou chaudes : salades, avocats farcis, sandwiches, soufflés, quiches, omelettes...

La quenelle de brochet



- La quenelle est une recette à base de pâte ou de pâte à chou de farine ou de semoule, de forme généralement allongée, cuite à l'eau. Elle est typique dans la cuisine traditionnelle de plusieurs régions françaises avec notamment les quenelles lyonnaises, quenelles de brochet. Historiquement, la quenelle lyonnaise est à l'origine une façon d'apprêter les poissons des étangs de la Dombes, et en particulier les brochets, autrement intransportables.



CONDITIONNEMENT

- Pièce de 80 g
- Sachet sous vide de 3 pièces
- Sachet sous vide de 2 pièces



USAGES

Idéalement préparées au four nappées d'une sauce assez liquide telle que béchamel, Nantua, tomate...

Les soupes de poisson



CONDITIONNEMENT

- JC DAVID - 1 L
- Ordinaire - 1 L
- Supérieure - 1 L



USAGES

Produit prêt à l'emploi, secouer le produit avant d'ouvrir afin d'obtenir un produit homogène. Versez le contenu du bocal dans une casserole et faire chauffer à feu doux en remuant régulièrement. Vous pouvez y ajouter un peu de sauce rouille pour en rehausser le goût et l'accompagner de croûtons.

La brandade de morue



- C'est un mets à base de cabillaud salé. Cette spécialité de Nîmes créée à Alès s'est répandue dans toute l'Occitanie, du Languedoc à la Ligurie en passant par la Provence et du Roussillon jusqu'aux Pays Catalans. Elle se compose de morue, de lait, de persil et de pommes de terre.



CONDITIONNEMENT

- Barquette



USAGES

Il vous suffit de placer la brandade dans un plat adapté et de la faire gratiner au four. Vous pouvez la servir accompagnée d'une salade verte.



ORIGINE.

NATURELLEMENT DIFFÉRENT

Les saumons d'Islande sont élevés dans les eaux pures de 3 fjords au nord-ouest de l'île. Au cœur d'un environnement préservé, ils grandissent dans le plus grand respect de la nature, dans des conditions exceptionnelles, sans traitement antibiotique, sans stress. A retrouver sur www.transgourmet-origine.fr